

CARTILHA DO VESTIBULANDO

MED 124

ufjf

Olá, futuros calouros e calouras de Medicina da UFJF!

É um prazer para nós, da turma 124, podermos apresentar nossa tão amada Federal do Litoral a vocês.

O intuito dessa cartilha é ser algo de ex-vestibulandos para vestibulandos. Nós sabemos o quão desafiador é essa etapa, já cruzamos esse mesmo caminho e conhecemos os dias de frustração e ansiedade, bem como aqueles que são alegres e festivos. Por isso, reunimos, neste documento, informações que serão úteis a respeito da UFJF, da Faculdade de Medicina e de Juiz de Fora. Além disso, nossa turma dará dicas fundamentais para você atingir seu objetivo: a aprovação. Com essa iniciativa, esperamos ajudá-los com o planejamento e oferecer alguns parâmetros para, de alguma forma, facilitar o processo.

Não desanimem! Alcançar nossos objetivos e sonhos não é algo fácil, mas também não é impossível. Nós, da 124, desejamos força a vocês e, é claro, a aprovação!

No mais, fiquem à vontade para nos mandarem mensagem. Responderemos todos pelo Instagram da turma - @med124ufjf. Go, sharks!

Assinado,
Turma 124 de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora.

OBS: essa cartilha foi produzida, integralmente, por alunos e não possui qualquer vínculo com a UFJF. Sendo assim, as informações presentes nesse documento foram totalmente fornecidas pelos estudantes da turma 124.

ÍNDICE

1. História 5
2. Grandes Feitos 6
3. Alunos Ilustres 7
4. Infraestrutura 8
    a. ICB 8
    b. Departamento de Anatomia 8
    c. FAMED 9
    d. Hospitais Universitários 10
    e. Áreas Comuns 11
5. Faculdade de MED 12
    a. Metodologia 12
    b. Matriz Curricular 13
    c. Diretório Acadêmico Hésio Cordeiro 14
    d. DENEM 14
    e. Bolsas de Assistência Estudantil 15
6. Oportunidades 16
    a. Ligas Acadêmicas 16
    b. Projetos de Extensão 16
    c. Monitorias 17
    d. Empresa Júnior Medic 17
    e. IFMSA 17
    g. Pesquisa 19

ÍNDICE

7. Vida Universitária 19
   a. Atléticas 19
   b. Eventos 21
8. Sobre a Cidade 22
   a. A Cidade 22
   b. Clima 22
   c. Cultura 22
   d. Bairros mais próximos 22
   e. Transporte 23
   f. Lazer 24
9. Formas de Ingresso 26
   a. SISU 27
   b. PISM 28
10. Notas dos Aprovados..... 29
   a. ENEM 29
   b. PISM 34
11. Perfil dos Alunos 43
12. Dicas para o ENEM 49
13. Dicas para o PISM 59
14. Redações 61
15. Cartas para o Passado 73
16. Depoimentos 77
17. Agradecimentos 90
18. Equipe da Cartilha 91

HISTÓRIA

No ano de 1898, por meio de um grupo de médicos da Santa Casa de Misericórdia de Juiz de Fora, surgiu a primeira proposta para a fundação de uma Faculdade de Medicina na cidade. A ideia, entretanto, foi recusada pelos órgãos governamentais que poderiam financiar o projeto, com a justificativa de que a primeira Faculdade de Medicina de Minas Gerais deveria se situar na capital do estado, Belo Horizonte, a qual só foi receber sua primeira universidade federal (UFMG) em 1911.

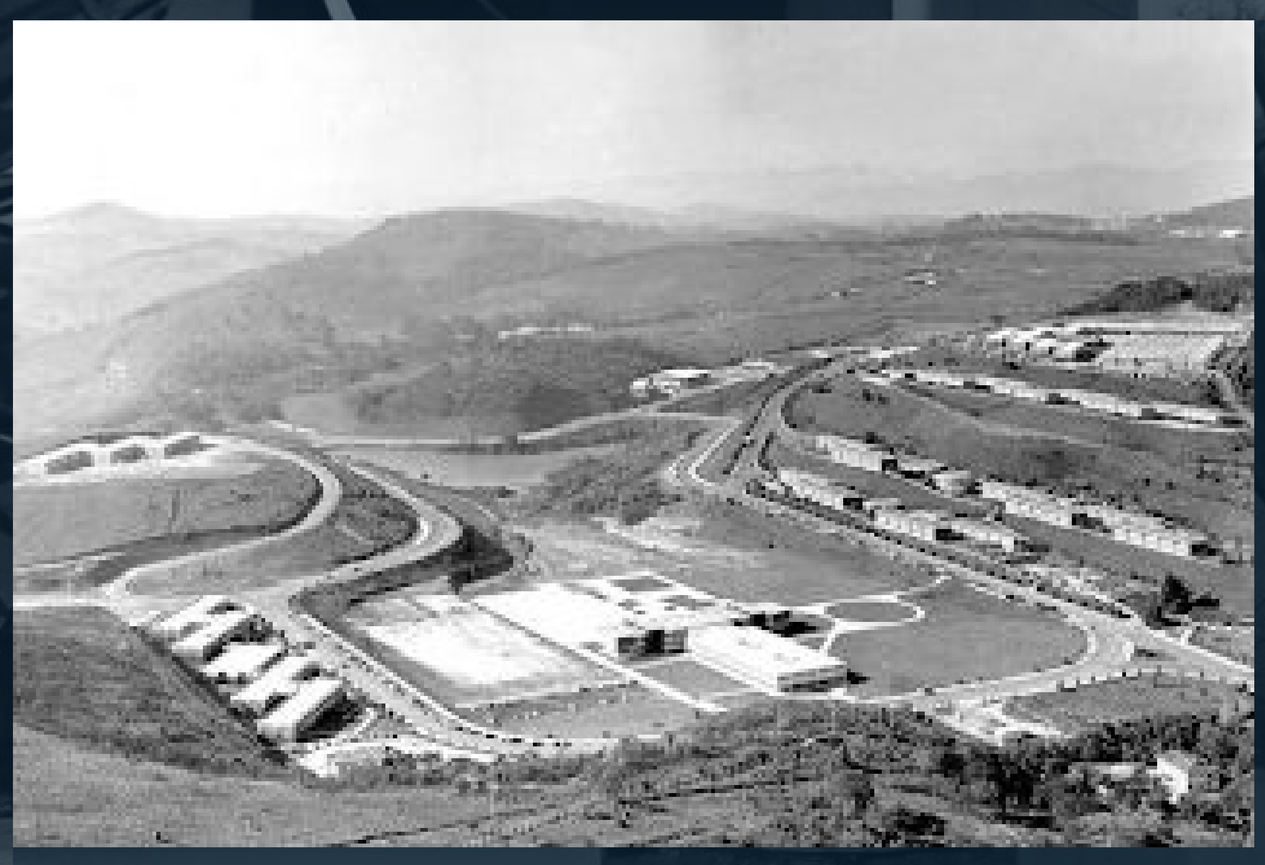
Já em 1935, por meio de uma associação civil sem fins lucrativos, a Faculdade de Medicina foi criada e operou por dois anos na então Faculdade de Farmácia e Odontologia. Apesar da promessa do Governo para fornecer recursos, isso não ocorreu, o que provocou a interrupção de suas atividades até haver condições propícias para o funcionamento.

Em 1950 e 1951, uma parcela de médicos da cidade e o Diretório Central dos Estudantes pediram a reabertura da Faculdade de Medicina. O governador de Minas Gerais, Juscelino Kubistchek, forneceu recursos para a criação da Faculdade de Medicina em 1952 e, em janeiro de 1953, foi realizado seu primeiro vestibular. Juscelino foi paraninfo da primeira turma a se formar na Faculdade e ratificou em seu discurso sua promessa de federalização.

No dia 23 de dezembro de 1960, foi sancionada a lei nº 3858, a qual tornava federal as cinco faculdades que já existiam na cidade - Direito, Farmácia e Odontologia, Medicina, Economia e Engenharia -, de modo a criar uma universidade federal para Juiz de Fora (UFJF).

No ano de 1963, foi fundado o primeiro Hospital Universitário (HU), por intermédio de um convênio entre a Santa Casa de Misericórdia e a UFJF.

Entre 1968 e 1970, o campus da UFJF foi construído. As cadeiras básicas do curso de medicina passaram a ser realizadas no Instituto de Ciências Biológicas (ICB). Em 1970, o HU foi transferido para o bairro Santa Catarina e, em 2000, foi construído um segundo HU no bairro Dom Bosco.



GRANDES FEITOS



- A UFJF ocupou o 74ª lugar entre 197 instituições de 13 países da América Latina e Caribe de acordo com o Latin America University Rankings 2022.

- De acordo com o ranking desenvolvido pela QS Quacquarelli Symonds, a UFJF se classificou como a 14ª melhor universidade brasileira. Entre as faculdades mineiras, a Federal do Litoral ocupou o segundo lugar, perdendo apenas para a UFMG.

- A UFJF obteve conceito 4 de 5 pelo Índice Geral de Cursos (IGC), realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep) do Ministério da Educação.

- O curso de medicina da UFJF também foi classificado com nota 4 de 5 pelo Enade, um processo avaliativo realizado para o funcionamento do Sistema Nacional de Avaliação da Educação Superior (Sinaes).

- A ação da universidade foi intensa durante a pandemia, apresentando cerca de 97 pesquisas nas diversas áreas do conhecimento visando ao combate do coronavírus. Além disso, laboratórios do ICB e da Farmácia se tornaram centros para o diagnóstico da doença e o campus da faculdade se transformou em um importante local para a vacinação contra a Covid-19.

- Além disso, a UFJF alcançou nota máxima, o conceito 5, no processo de recredenciamento institucional, promovido pelo MEC. Com o resultado da nova avaliação, a UFJF passa a fazer parte do grupo seleto de instituições de ensino superior com máxima excelência de ensino e de estrutura.



ALUNOS ILUSTRES



Deborah Carvalho

Graduada em medicina pela Universidade Federal de Juiz de Fora, foi eleita uma das mil cientistas mais influentes do mundo, ficando em segundo lugar no Brasil. Atualmente, Deborah é professora associada e pesquisadora da Escola de Enfermagem da UFMG, além de atuar em diversas áreas como pesquisadora e orientadora em temas relacionados a Doenças Crônicas Não Transmissíveis e a Saúde Coletiva, por exemplo.

Margarida Salomão se formou em letras na UFJF e é professora universitária, política e escritora. Entre 1998 a 2006, ocupou o cargo de reitora da faculdade, incentivando a participação pública e a inovação. Filiada ao Partido dos Trabalhadores (PT), em 2020, foi eleita prefeita da cidade, sendo a primeira mulher a ocupar o posto.



Maria Margarida



Daniela Arbex

Daniela se formou em Comunicação Social pela UFJF em 1995 e é uma jornalista que se dedica à defesa dos direitos humanos, já tendo recebido mais de 20 premiações e menções honrosas. Publicou o livro "Holocausto Brasileiro" em 2013, que relata os horrores vivenciados pelos pacientes de um hospital psiquiátrico localizado em Barbacena. Também é responsável pela obra "Todo Dia a Mesma Noite", que retrata o incêndio ocorrido na Boate Kiss, o qual resultou na morte de 242 jovens.

Com apenas 14 anos, Caio foi aprovado em terceiro lugar no curso de direito da UFJF e informou que o seu sonho é se tornar juiz. O jovem concluiu o último ano do Ensino Médio, tendo adiantado 4 anos do curso, e já acumula uma lista de aprovações que incluem: 1º lugar no Colégio Militar de Juiz de Fora, 1º lugar na Escola Preparatória de Cadetes do Ar e 14º lugar no Instituto Tecnológico de Aeronáutica, considerado o vestibular mais difícil do país.



Caio Temponi

INFRAESTRUTURA

A Universidade Federal de Juiz de Fora é uma instituição pública de ensino superior. Seu campus sede foi construído em Juiz de Fora, entre os bairros São Pedro e São Mateus. Juntamente ao segundo campus, em Governador Valadares, a universidade constitui um verdadeiro polo intelectual e cultural de uma região de quase 3 milhões de habitantes.

É importante citar que a universidade disponibiliza os famosos "circulares": ônibus gratuitos que transitam entre os departamentos e são muito utilizados, principalmente, para se chegar ao restaurante universitário. Além disso, as linhas de ônibus 525, 532, 535, 544, 549 e 555 podem ser muito úteis para o deslocamento dos estudantes.

Conheça a Faculdade de Medicina da UFJF-JF: https://youtu.be/o1_lapORjcc



ICB

O Instituto de Ciências Biológicas encontra-se próximo ao restaurante universitário e é por lá que passamos predominantemente os 4 primeiros períodos (ciclo básico). É composto por salas de aula, anfiteatros, laboratórios e cantina.

DEPARTAMENTO DE ANATOMIA





FAMED

A Faculdade de Medicina conta com seu próprio prédio, localizado no bairro Dom Bosco, e é a estrutura mais utilizada a partir do 5º período (ciclo clínico e internato). É composto por cinco andares, estacionamento, um centro de convenções, núcleos de pesquisas, salas de aula, laboratório de imagens e de habilidades clínicas, simulação realística, auditórios, bibliotecas, anfiteatro, Atlética, Diretório Acadêmico e cantina.













HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS

Há dois hospitais universitários vinculados à UFJF: a unidade Dom Bosco (ao lado da FAMED) e a unidade Santa Catarina (fora do campus). Essas estruturas oferecem um atendimento humanizado por meio do Sistema Único de Saúde (SUS) e são muito utilizadas durante o ciclo clínico e o internato. Esses campos de ensino e treinamento incluem mais de 24 especialidades e 7 cirurgias, além de atendimentos ambulatoriais, residências, pesquisas e estágios. Em 2021, o HU da UFJF, que é um dos centros de excelência em transplantes no país, mostrou seu valor ao ser habilitado pelo Ministério da Saúde para ter um serviço de referência no atendimento a doenças raras. Apesar disso, o projeto de expansão do HU Dom Bosco segue como alvo de paralisações há mais de 13 anos devido ao alto investimento demandado e aos entraves judiciais e técnicos.

HU DOM BOSCO



HU SANTA CATARINA



EXPANSÃO HU DOM BOSCO PARALISADA





ÁREAS COMUNS

Restaurante universitário: oferece café da manhã (0,50$), almoço (1,40$) e jantar (1,40$). *Valores referentes ao ano de 2023.

RU CAMPUS



RU CENTRO



Lazer: é possível alugar bicicletas gratuitamente, por meio do aplicativo “Estação Bike”, para circular no entorno da universidade.







FACULDADE DE MED

METODOLOGIA

A formação em medicina tem duração de 6 anos, o que corresponde a 12 períodos, com aulas ministradas no horário matutino e algumas no vespertino. As turmas são compostas por 90 alunos.

Os estudantes contam com o suporte do Hospital Universitário para o seu aprendizado, local onde terão contato com diversas especialidades, além de atendimentos de urgência e emergência. Os alunos também têm acesso, desde o início do curso, às Unidades Básicas de Saúde (UBS) da Prefeitura Municipal de Juiz de Fora e de várias cidades da Zona da Mata de Minas Gerais.

A Federal do Litoral adota a metodologia tradicional de ensino e, desde o primeiro período, os graduandos têm a oportunidade de participar de atividades em conjunto com a comunidade, com foco especial na saúde pública.

O curso é dividido em três ciclos:

- Ciclo Básico: corresponde aos dois primeiros anos. Contém as matérias básicas, que fundamentam o desenvolvimento do curso e dão base para uma boa formação do profissional na área. Podem-se citar, como exemplos, as disciplinas de anatomia, de fisiologia e de bioquímica.
- Ciclo Clínico: engloba o terceiro e o quarto ano da faculdade, nos quais os alunos começam a ter aulas mais aplicáveis e complexas, além de um contato maior com pacientes, por meio de matérias como oncologia, psiquiatria e anestesiologia.
- Internato: relativo aos dois últimos anos, nos quais os futuros profissionais passarão por estágios obrigatórios e supervisionados em variados níveis de atenção (primário, secundário e terciário) nos cuidados de saúde. Esse período da faculdade contém 44,62% da carga horária do curso.

Vale ressaltar que o cronograma dos cursos de saúde da UFJF está atrasado em 1 período em decorrência da pandemia. A faculdade já está tomando medidas para tentar regularizar essa situação (inicialmente, era um atraso de 2 períodos). Nossa turma só iniciará as aulas no dia 11 de setembro, enquanto a 125 só dará início no dia 4 de março de 2024.

MATRIZ CURRICULAR

Confira as disciplinas que compõem a matriz curricular do primeiro período:

1º Período	Número de Horas		
Disciplinas	Total	Teórica	Prática
Anatomia Aplicada à Medicina I	105	45	60
Histologia e Embriologia VI	60	30	30
Sistemas Saúde	30	30	0
Biologia Celular e Molecular	30	30	0
Bioquímica I	90	30	60
Biofísica Médica	30	30	0
Introdução à Prática Médica	30	0	30
Introdução à Vida Universitária	30	30	0
Temas Integradores de Clínica Ampliada I	15	15	0
Laboratório de Habilidades Clínicas I	30	15	15
Total	450		

Informações sobre a matriz curricular dos demais períodos: https://www.ufjf.br/medicina/graduacao/disciplinas-obrigatorias/

Além das disciplinas obrigatórias de cada período, a UFJF também disponibiliza disciplinas optativas a partir do segundo período, tais como:

- **Farmacologia clínica e terapêutica aplicada à medicina.**
- **Farmacologia da dor e inflamação.**
- **Farmacologia das doenças cardiovasculares.**
- **Mente, sociedade e cuidado psicossocial na prática médica.**
- **A metodologia científica na saúde.**
- **Neurofarmacologia e neurociência aplicadas.**
- **Nutrologia pediátrica.**
- **Tópicos em neurocirurgia.**

DIRETÓRIO ACADÊMICO HÉSIO CORDEIRO



O Diretório Acadêmico Hésio Cordeiro (DAHC) foi criado em 1953 e corresponde à entidade máxima de representação estudantil dos acadêmicos da Faculdade de Medicina da UFJF. A instituição atuou em momentos importantes para a consolidação da universidade, como na criação da UFJF e do HU.

O DAHC possui como funções: a manutenção dos nossos espaços, a organização estudantil, a luta pelas demandas dos alunos junto à Direção e à Coordenação do curso e a participação nos movimentos e instituições estudantis.

Anualmente, o DAHC realiza o Congresso Médico Acadêmico (COMA), essencial para manter os alunos em contato com novas atualizações científicas e para ampliar os conhecimentos adquiridos nas aulas. Além disso, também é responsável por promover festas, importantes para a integração e para a confraternização dos estudantes de variados períodos, como o Fim de Tarde do DAHC.

DENEM

A Direção Executiva Nacional dos Estudantes de Medicina (DENEM) é a entidade que representa os alunos de medicina do Brasil, por meio de lutas e mobilizações, para que as escolas médicas e, consequentemente, a saúde brasileira, tenham qualidade e sejam universais. A defesa do SUS é uma de suas importantes pautas. Mais informações: https://www.denem.org.br/

DENEM
DIREÇÃO EXECUTIVA NACIONAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA

BOLSAS DE ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL

As Bolsas de Assistência Estudantil foram criadas para ajudar os estudantes com dificuldades socioeconômicas a se manterem na universidade, de modo a arcar com os gastos de manutenção. As condições para solicitar o auxílio são: estar matriculado em um curso de graduação presencial da UFJF; não ter concluído nenhum curso superior; e possuir renda bruta mensal familiar per capita de até 1,5 salários mínimos. Os documentos necessários para pedir o amparo estão disponíveis no site da Pró-Reitoria de Assistência Estudantil (PROAE), na seção "Bolsas".

As formas de auxílio existentes são:

- Bolsa do Plano Nacional de Assistência Estudantil (PNAES): é um valor de 560 reais, designado para os alunos que comprovem vulnerabilidade financeira, a fim de ajudá-los na permanência no curso.

- Auxílio-moradia: concede uma vaga na Moradia Estudantil da UFJF ou um benefício financeiro mensal no valor de 420 reais. É destinado para os graduandos que venham morar na cidade do campus, mas a família reside em cidade distinta.

- Auxílio-transporte: é um auxílio mensal para aqueles que usam transporte coletivo municipal no deslocamento de sua residência até o campus. O valor varia, dependendo da quantidade de ônibus necessária para cada estudante e do preço da passagem.

- Auxílio-creche: é atribuído para arcar parcialmente com as despesas dos dependentes legais do beneficiário até limite de idade de 5 anos, 11 onze meses e 29 dias. O valor da bolsa atualmente é 360 reais.

- Auxílio-alimentação: possibilita acesso gratuito às refeições fornecidas pelo Restaurante Universitário.

Mais informações:
https://www2.ufjf.br/minhaufjf/assistencia-estudantil/#:~:text=O%20que%20%C3%A9%20a%20bolsa,bolsa%20%C3%A9%20de%20R%24560.

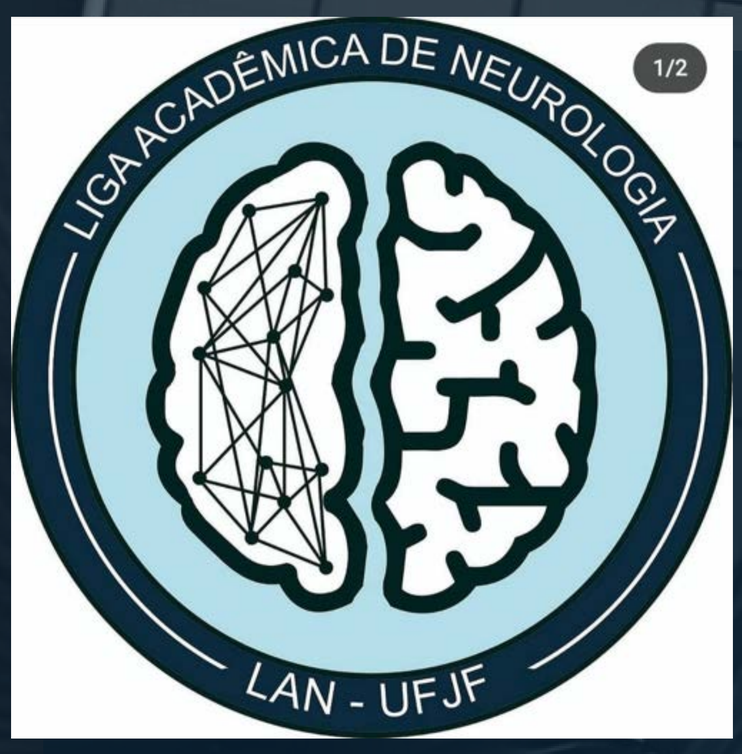


OPORTUNIDADES

LIGAS ACADÊMICAS

As Ligas Acadêmicas são organizações que englobam tanto alunos de medicina quanto de outros cursos da UFJF. Sem fins lucrativos, elas possuem a finalidade de aprofundar os estudos em determinado tema e atender às demandas da população e da comunidade acadêmica. Os ligantes realizam encontros periódicos e desenvolvem atividades voltadas para o ensino, para a pesquisa ou para a extensão. Os graduandos interessados em ingressar em uma liga acadêmica devem participar de um processo seletivo, cujo edital é divulgado pela própria liga.

Mais informações: https://www2.ufjf.br/medicina/projetos/ligas-academicas/







PROJETOS DE EXTENSÃO

Os projetos de extensão são formados, em geral, por equipes multidisciplinares. Objetivam aperfeiçoar nossos conhecimentos e, principalmente, levá-los simplificadamente à população geral, de forma a colaborar com a integridade da saúde da comunidade.

Existe uma diversidade de projetos com foco nas demandas da sociedade, entre eles:

- Projeto de conscientização sobre o câncer infantil: orientações para prevenção, para diagnóstico precoce e para atenuação das complicações do câncer infantil.
- Projeto de treinamento de leigos em suporte básico à vida: capacitar leigos em suporte básico à vida e no uso do desfibrilador externo automático.

Mais informações: https://www.ufjf.br/medicina/projetos/extensao/

MONITORIAS

Nas monitorias, um estudante é responsável por auxiliar os professores, tirando dúvidas dos alunos em determinada matéria. Essa atividade é essencial para despertar o interesse pelo magistério e para aflorar a capacidade de transmitir conhecimento, além de ser uma excelente forma de estudo, já que o monitor aprende ensinando e os monitorados têm a oportunidade de reforçar os conhecimentos adquiridos em sala de aula. A carga horária é de 12 horas semanais durante um semestre letivo e pode ser remunerada. O acadêmico que deseja se tornar monitor deve ser aprovado na disciplina e no processo seletivo.

EMPRESA JÚNIOR MEDIC

A Medic Jr. (@MEDIC.JR) é uma associação formada e gerida por alunos de Medicina da UFJF. Ela tem como objetivo antecipar os conhecimentos acerca do mercado de trabalho, como a criação do próprio negócio e a gestão do empreendedorismo médico, por meio de projetos de consultoria de gestão e inovação para clínicas, consultórios, hospitais e das "health techs". Ao abordar temas como Análise de Mercado, Inteligência Comercial, Experiência do Paciente e Análise Financeira, a empresa busca oferecer as bases necessárias para a construção de um futuro de excelência. Com uma missão bem estabelecida de "formular soluções para que os empreendimentos na saúde evoluam", a Medic Jr. é uma empresa inovadora no setor e já é detentora do título de maior Empresa Júnior de Medicina do mundo.
Mais informações: https://www2.ufjf.br/medicina/empresa-junior-medic/

IFMSA

A Federação Internacional de Associações de Estudantes de Medicina (IFMSA) foi fundada com a finalidade de promover programas de intercâmbios anuais entre cerca de 129 países diferentes, como a França e o Canadá. Recentemente, a IFMSA Brazil iniciou um programa de intercâmbios nacionais, realizando a troca de estudantes entre mais de 190 escolas médicas convencionadas ao redor da nação.
Os comitês de intercâmbio são:

SCORE – Intercâmbios de Pesquisa: nesse programa, o aluno tem contato com diferentes formas de pesquisa, com laboratórios modernos e com tecnologia recente, além de aprender a fazer pesquisa, podendo ter o seu nome publicado em um trabalho científico.

SCOPE – Intercâmbios Clínicos e Cirúrgicos: é o intercâmbio internacional para que o estudante tenha contato com novos sistemas de saúde, com cuidado com os pacientes e com diversas escolhas para o tratamento das enfermidades.

Tanto no SCORE quanto no SCOPE, o período de inscrição é determinado pela Assembleia Geral da IFMSA Brazil, no segundo semestre, normalmente em outubro. Para a Fase 1 do processo, são necessários alguns documentos e o pagamento de uma taxa de inscrição de 120 reais. Os candidatos classificados são chamados para um segundo período de inscrições, que ocorre em janeiro, no qual são requisitados mais documentos específicos do país de destino e outra taxa de 510 reais. O período de intercâmbio pode ser realizado entre abril de um ano até março do outro.

SCONE – Intercâmbios Nacionais: esse programa ocorre dentro do território brasileiro, promovendo uma importante troca cultural e uma integração entre os acadêmicos de medicina das mais diversas regiões do país. O período de inscrição ocorre normalmente em maio e junho e também exige o pagamento de duas taxas, uma de 90 reais e outra de 210 reais. Já o período de intercâmbio ocorre entre novembro de um ano até outubro do seguinte.

Para mais informações sobre o IFMSA: https://ifmsabrazil.org/ https://exchange.ifmsabrazil.org/uploads/programa_intercambios/11/regulamento.pdf ifmsabrazilufjf@gmail.com

IFMSA Brazil

PESQUISA

As pesquisas são importantes aliadas do conhecimento, da formação e, até mesmo, do currículo. Com o intuito de desenvolver e de sistematizar fatos que possam desencadear novos benefícios à humanidade, essa é uma oportunidade de ouro para se aperfeiçoar em áreas de interesse. Existem as pesquisas - que podem ser remuneradas ou não - na iniciação científica, nas ligas acadêmicas e nos projetos de extensão. Essas podem ser divulgadas em um livro, no congresso, no jornal, em uma tese e devem enriquecer seu repertório científico.

Mais informações: https://www.ufjf.br/medicina/projetos/pesquisa/

VIDA UNIVERSITÁRIA

ATLÉTICA

A Associação Atlética Acadêmica da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora (@AAAFMUFJF), conhecida pelo seu mascote tubarão (PAPAI), toma parte das principais competições da região - como a Copa Rio Minas (CRIMI) e a famosa Intermed Minas - e carrega inúmeras vitórias: 7 no CRIMI e 2 no Intermed. Além dos títulos de peso, a atlética possui um importante papel na formação dos futuros médicos, contribuindo com a consolidação de valores universais e humanos, como a empatia, a união e o respeito.

Mas as funções do PAPAI não param por aí! A organização de festas, workshops, atividades beneficentes e treinos também são responsabilidades da nossa querida atlética. Sobre os treinos e a preparação para as competições, são promovidas mais de 20 modalidades, entre as mais variadas: futsal, natação, pebolim, tênis, xadrez, etc. Para fechar com chave de ouro, a Bateria Bizarra e as Sealeaders animam a nossa torcida marcando forte presença nos jogos.

Todos que cursam Medicina na UFJF serão muito bem-vindos, com ou sem experiência, a se unirem às equipes e fazerem parte da história dessa associação.



TIME FEMININO DE FUTSAL (@FACCAOUFJF)



TIME MASCULINO DE BASQUETE (@BASKETONHAUFJF)

FESTA NO CRIMI



DOAÇÕES



EVENTOS

- Você faz medicina?

- Sim.

- Nossa, deve estudar muito!

Não só de estudos vive o mediciner! E é, por isso, que o ano é recheado de festanças, competições esportivas e bares para que possamos aproveitar, ao máximo, os melhores 6 anos de nossas vidas. Pega aí a sua caneca do tubarão que vamos conhecer alguns dos eventos mais esperados pelo litoral:

- **Anatomando: a clássica comemoração por ter sobrevivido à primeira prova de uma das matérias mais temidas. Sob uma temática escolhida pela turma, com open bar e shows, essa festa promete muita diversão. Fígado que lute!**
- **Bye, bye, ICB: FAMED, lá vamos nós! Uma mudança de ambiente depois de dois longos anos é comemorada com muita bebida e ousadia para marcar a transição de ciclos. Ufa! Ainda tem mais 4 anos.**
- **Intercerva: a tradicional competição etílica. As turmas digladiam entre si para ver quem toma mais cerveja.**
- **Fim de Tarde: a bebedeira não para nem nas competições. O COPAMED é muito bem servido com essa social que ocorre no final dos dias de disputas.**

Além desses eventos, o avanço dos períodos é devidamente celebrado para nunca esquecermos. As festas 1/6, 2/6, ..., Meio Médico e a formatura marcam a conclusão das etapas de uma linda jornada.





SOBRE A CIDADE

A CIDADE

Juiz de Fora é uma cidade brasileira que apresenta um dos melhores índices de qualidade de vida do país.

Com cerca de 580 mil habitantes, seu PIB per capita é de R$6,2 mil e sua expectativa de vida média é uma das mais altas do Brasil. Sua localização privilegiada entre os maiores polos econômicos do país confere ao município uma infraestrutura exigida para modernos empreendimentos, gerando inúmeras possibilidades de crescimento ao longo dos anos. A cidade ganha destaque, em Minas Gerais, no tocante à qualidade de vida e aos investimentos, sendo a quarta maior do estado, além de se destacar no ranking de desenvolvimento humano da Organização das Nações Unidas (ONU). A região é conhecida por ser um forte polo estudantil, mesclando características de uma metrópole com uma rotina calma e tranquila. É, portanto, uma cidade extremamente diversa, que abrange os mais variados estilos de vida e agrada a todos os gostos.

CLIMA

A cidade apresenta clima tropical de altitude, com dois períodos distintos: um mais quente e chuvoso e outro mais frio e seco.

No entanto, pode haver grande instabilidade climática em um curto período de tempo, com chuva, frio e um sol forte no mesmo dia. Assim, leve um agasalho e um guarda-chuva na bolsa para estar sempre prevenido!

CULTURA

A história de Juiz de Fora, nome recebido em 1865, envolve um cenário de escravidão, imigração, expansão cafeeira e prospecção de ouro. Sendo assim, a cidade revela suas origens históricas e culturais com mais de 100 patrimônios tombados, incluindo três tombados em nível federal. Existem diversos museus e centros de cultura na chamada "princesinha de Minas", sendo muitos deles vinculados à UFJF, como o Museu de Arte Murilo Mendes, o Museu de Arqueologia e Etnologia Americana, o Cine-Theatro Central e o Centro Cultural Pró-Música. E, claro, não podemos deixar de mencionar o famoso Jardim Botânico da UFJF, onde já foi vista até uma onça-pintada!

BAIRROS MAIS PRÓXIMOS

A UFJF está localizada na rua José Lourenço Kelmer, no bairro São Pedro. Os bairros mais próximos do campus, localizados na região conhecida como Cidade Alta, são, além do próprio São Pedro: Martelos, Nossa Senhora de Fátima e Santos Dumont. Nesses, o aluguel de um imóvel de dois quartos pode variar entre 700R$

à 1500R$, mais taxas. Outras opções de localizações que são próximas à faculdade são os bairros São Mateus, Cascatinha, Dom Bosco e Paineiras. No entanto, por serem também mais próximos do centro da cidade, possuem uma média de aluguel mais cara, de 800R$ à 2000R$, aproximadamente.

TRANSPORTE

No entanto, pra quem morar em regiões mais distantes da universidade, existem diversas linhas de ônibus que levam ao campus ou ao entorno da UFJF, em Juiz de Fora:

- 525: sobe para o campus pela Avenida Itamar Franco e desce para o centro pelo Morro da Glória (saída pelo São Pedro).
- 545: sobe e desce do campus pela Avenida Itamar Franco.
- 535: sobe para o campus pelo Morro da Glória (saída pelo São Pedro) e desce para o centro pela Avenida Itamar Franco.
- 555: sobe para o campus e desce para o centro pelo Morro da Glória (saída pelo São Pedro), mas com um percurso maior, pois serve a mais bairros.

Existem ainda as linhas expressas:

- 755: UFJF- Zona Norte - UFJF
- 190 e 590: UFJF - Zona Sul - UFJF

As demais linhas ligam o Centro aos bairros da Cidade Alta. Algumas passam por dentro do campus, na ida ou na volta, e outras têm paradas próximas às entradas da Universidade:

- 532, 533, 540, 541 e 599 (São Pedro)
- 534 e 539 (Santos Dumont)
- 542 (Lagoa)
- 544 (Recanto dos Brugger)
- 547 (N.S.Fátima) / 548 (Adolpho Vireque)
- 549 (Nova Germânia)

Todos os horários e trajetos podem ser conferidos no site da PJF (Prefeitura de Juiz de Fora). Além disso, ela também oferece o aplicativo CittaMobi, no qual é possível acompanhar os horários utilizando GPS, para ver qual ônibus está chegando. Há também o aplicativo Busão JF, desenvolvido por estudantes da UFJF, que disponibiliza os horários de todas as linhas de ônibus da cidade. Quanto ao trânsito, naturalmente se intensifica nos horários de pico, mas também é possível acompanhar os principais trechos da cidade por meio do site da prefeitura.

LAZER

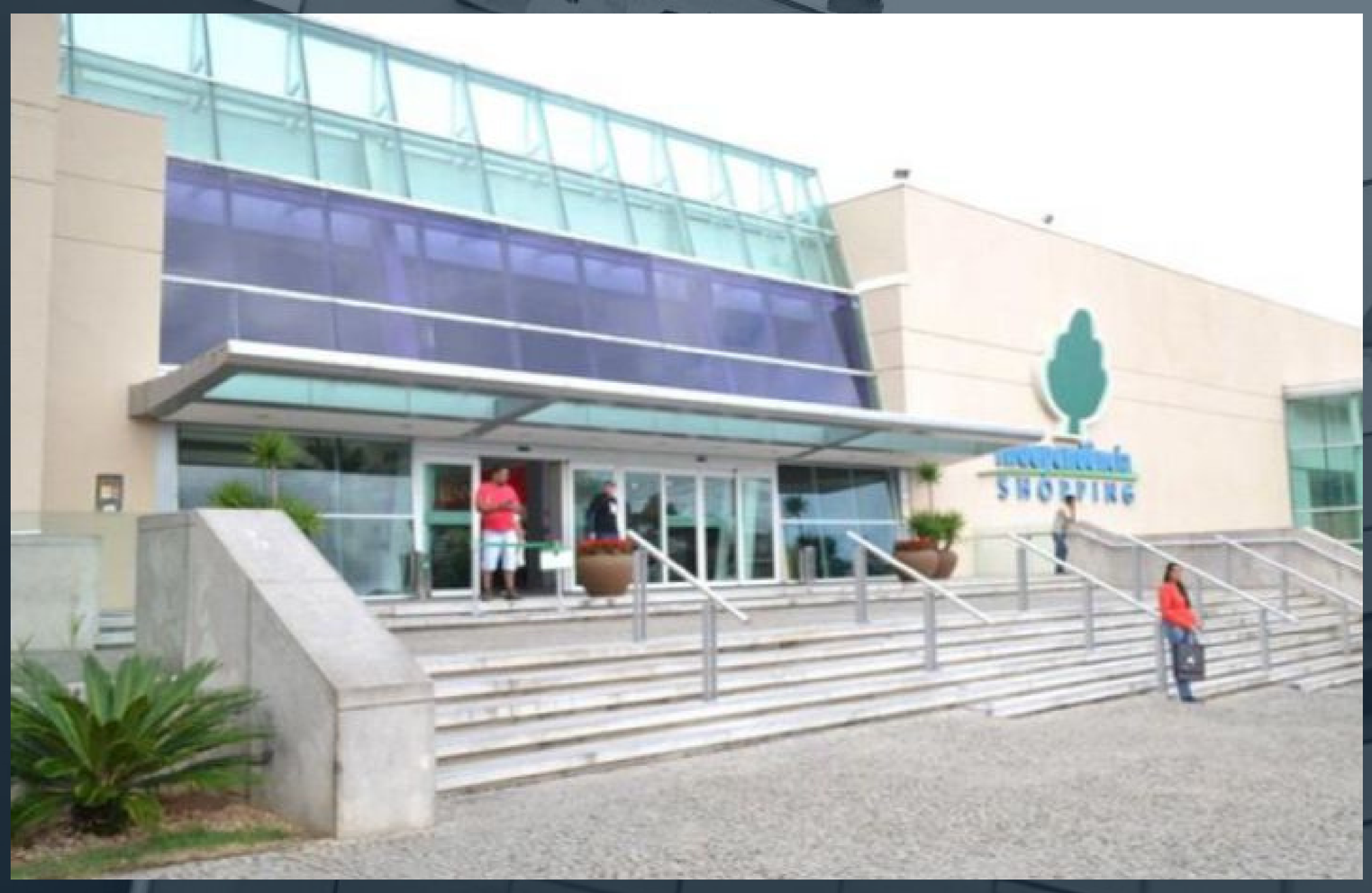
A cidade conta com ambientes que agradam aos mais diversos gostos, como parques, museus, bares, restaurantes e shoppings. Para quem gosta de passeios ao ar livre, os destinos mais comuns são o Parque da Lajinha - localizado no bairro Teixeiras - e o museu Mariano Procópio. Além disso, o próprio campus da UFJF é bastante utilizado para caminhadas, piquiniques e atividades físicas.

Outros destinos muito procurados, principalmente pelos estudantes, são os barzinhos, especialmente concentrados no Alto dos Passos, no próprio São Pedro e na praça do bairro Jardim Glória. Também existem dois shoppings na cidade: o Jardim Norte - mais próximo da Zona Norte da cidade - e o Independência, perto da universidade. Além de todas essas opções, Juiz de Fora recebe diversos shows, teatros, parques, circos e outros eventos. O importante é ficar ligado nas redes sociais, já que sempre tem algo para curtir!!

A seguir, alguns dos destinos queridinhos na cidade:



Praça Armando Toschi, popularmente conhecida como Praça do bar do Léo, com diversos bares ao redor.



Shopping Independência, perto de uma das entradas da UFJF.



Barril, bar no Alto dos Passos, região com concentração de botecos em JF.



Parque do Museu Mariano Procópio.

FORMAS DE INGRESSO

A UFJF, campus Juiz de Fora, oferece, de forma semestral, 90 vagas para o curso de Medicina. Quarenta e cinco destas, ou seja, a metade, é destinada ao PISM (Programa de Ingresso Seletivo Misto), que é o vestibular próprio da Universidade e é oferecido aos alunos do Ensino Médio, sendo aplicada uma prova a cada ano escolar para que haja uma somatória de pontos no final. A outra metade das vagas são destinadas ao SISU - Sistema de Seleção Unificada - programa desenvolvido pelo Ministério da Educação para estudantes que realizaram o Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM). O estudante, independentemente do processo pelo qual optar, poderá concorrer às vagas da ampla concorrência ou àquelas que fazem parte das políticas afirmativas da instituição. Os critérios adotados para cada grupo e suas correspondências são:

Grupo A (L2)

Candidatos com renda igual ou inferior a um salário mínimo e meio per capita familiar mensal, que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública e que se declarem pretos, pardos ou indígenas.

Grupo B (L1)

Candidatos com renda igual ou inferior a um salário mínimo e meio per capita familiar mensal, que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública, independentemente de outra declaração.

Grupo C (A0)

Vagas de ampla concorrência, independente de renda ou de escola.

Grupo D1 (L14)

Candidatos com deficiência que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública e que se declarem pretos, pardos ou indígenas, independentemente de renda.

Grupo E1 (L13)

Candidatos com deficiência que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública, independentemente de renda ou autodeclaração.

Grupo A1 (L10)

Candidatos com deficiência, com renda igual ou inferior a um salário mínimo e meio per capita familiar mensal, que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública e que se declarem pretos, pardos ou indígenas.

Grupo B1 (L9)

Candidatos com deficiência, com renda igual ou inferior a um salário mínimo e meio per capita familiar mensal e que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública, independentemente de outra declaração.

Grupo D (L6)

Candidatos que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública e que se declarem pretos, pardos ou indígenas, independentemente de renda.

Grupo E (L5)

Candidatos que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública, independentemente de renda ou autodeclaração.

SISU

O ingresso na UFJF pelo SISU (Sistema de Seleção Unificada) ocorre duas vezes ao ano e requer as notas da edição do ENEM anterior. Ou seja, o candidato se inscreve no SISU 2023 concorrendo com as notas obtidas no ENEM 2022. Nos últimos anos, o tempo de duração desse processo seletivo tem variado bastante, de maneira que o SISU 2023.1 se estendeu por 10 dias. Durante o período de inscrições, os candidatos podem escolher duas opções de curso e mudá-las de acordo com a suas vontades. É recomendada a análise das notas de corte parciais (disponíveis do segundo ao penúltimo dia após à 0h) e das classificações para a escolha consciente de suas opções.

O curso de medicina da UFJF adota o peso 1 para todas as áreas de conhecimento.

Local de Oferta: 1039546 - Universidade Federal de Juiz de Fora - CAMPUS SEDE (Juiz de Fora, MG)

Campus Universitário, s/n - São Pedro - Juiz de Fora -MG36036-900 - 2102-3905

13103 - MEDICINA

Código: 13103
Grau: Bacharelado
Turno: Integral (Matutino/Vespertino)
Periodicidade: Semestral
Integralização: 12
Vagas autorizadas: 180
Vagas ofertadas no Sisu: 45 vagas, sendo 45 vagas no 1º semestre e 0 vagas no 2º semestre.
Percentual de vagas reservadas da Lei nº 12.711/2012: 50%

Prova do Enem	Peso	Nota mínima
Redação	1,00	0,01
Ciências da Natureza e suas Tecnologias	1,00	0,00
Ciências Humanas e suas Tecnologias	1,00	0,00
Linguagens, Códigos e suas Tecnologias	1,00	0,00
Matemática e suas Tecnologias	1,00	0,00
Média mínima no Enem	-	0,01

PERCENTUAIS	IBGE	Utilizado
Pretos, pardos e indígenas:	53,66 %	53,66 %
Pessoas com deficiência:	8,43 %	20,00 %

Quadro de vagas ofertadas no curso

A0	L1	L2	L5	L6	L9	L10	L13	L14
22	4	6	4	5	1	1	1	1

Informações adicionais:

Não informado.

PISM

Se você deseja adentrar em Medicina na UFJF, a prova do PISM pode ser considerada uma excelente oportunidade. O PISM é um vestibular seriado, o que significa que é aplicado uma vez por ano, ao longo do ensino médio. Para medicina, são 90 classificados ao ano, sendo a primeira metade dos aprovados de cada grupo (A, A1, B, B1, C, D, D1, E e E1) convocada para o primeiro semestre e o restante para o segundo semestre. Um adendo relacionado a essa forma de ingresso é que ela somente pode ser realizada pelos alunos que se dispuserem a realizar o vestibular desde o primeiro ano do Ensino Médio, logo, não pode ser utilizada por aqueles que já concluiram o Ensino Básico. Para maior segurança daqueles que ambicionam uma vaga em Medicina, o ideal é ter um bom aproveitamento desde o PISM 1, ainda que a pontuação deste seja bem menor que a do PISM 3, evitando-se a ansiedade e a fadiga no último ano do Ensino Médio. Uma pontuação entre 70 e 80% em cada um dos anos do PISM costuma ser suficiente para a aprovação em medicina. O vestibular também conta com a vantagem de ter uma relação candidato/vaga bem menor do que o Enem, o que aumenta as chances de aprovação. A prova é essencialmente conteudista, sendo necessário um aprofundamento maior nos tópicos exigidos em cada ano. Além disso, o Edital da UFJF costuma detalhar quais especificidades são mais cobradas em cada matéria. É fundamental a realização de provas anteriores para entender melhor como a banca avaliadora costuma cobrar cada tópico e, assim, ter uma melhor eficiência na hora de responder aquilo que foi exigido. Tendo constância de estudo ao longo dos três anos, bem como tranquilidade na realização dos exames, é possível se diferenciar da concorrência e chegar cada vez mais perto da tão sonhada aprovação.

Etapa	Pontos	Peso	Total
Módulo I	120	2	120x2= 240
Módulo II	120	3	120x3= 360
Módulo III	140	5	140x5= 700
Total = 1300 pontos			

NOTAS ENEM

Grupo A

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	748.78	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2°	1°	744.68	-	624.5	-	705.9	-	621.4	-	831.6	940	-
3°	1°	742.18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4°	1°	741.06	40	703.4	37	702.1	-	620.6	-	739.2	940	-
5°	1°	740.68	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6°	1°	740.42	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7°	2°	733.88	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8°	3°	732.52	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Grupo A1

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	695.66	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2°	2°	662.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3°	3°	637.96	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Grupo B

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	775,08	32	641,8	40	739	23	668,6	35	866	960	130
2°	1°	774.96	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3°	1°	773.92	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4°	1°	772.58	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Grupo B1

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	715,58	26	553,7	24	579	17	602,1	37	883,1	960	104

Grupo C

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	814.34	37	678,3	40	781	33	740,2	38	932,2	940	148
2°	1°	809.06	-	730,3	-	709,8	-	700,8	-	944,4	960	-
3°	1°	805.96	-	675,5	-	752,2	-	734,2	-	927,9	940	-
4°	1°	804.42	32	619,9	37	689,2	40	789,5	42	963,5	960	151
5°	1°	804.04	35	669,5	37	704,1	37	763,5	38	923,1	960	147
6°	1°	803.22	39	708	39	731,6	36	762,8	34	853,7	960	148
7°	1°	803.04	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8°	1°	802.72	36	698	38	723,7	29	715,6	38	936,3	940	141
9°	1°	801.5	35	675,4	40	755,7	32	746,2	36	910,2	920	143
10°	1°	801.42	36	687,7	40	787,9	32	748,8	33	882,7	900	141
11°	1°	801.34	32	634,1	41	761,7	36	761,7	40	939,9	920	149
12°	1°	801.16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
13°	1°	800.98	40	708,6	35	687	34	754,3	34	875	980	143
14°	1°	800.16	38	692,9	38	721,1	32	717,1	39	909,7	960	147
15°	1°	799.92	39	700,5	41	755	28	710,3	35	853,8	980	143
16°	1°	799.84	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
17°	1°	799.56	32	645,1	42	780,6	35	757,9	37	874,2	940	146
18°	1°	799.42	38	701,3	40	756,6	32	728	38	871,2	940	148
19°	1°	799.34	37	674,1	38	727	38	793	36	882,6	920	149

20°	1°	798.7	-	667,4	-	738,7	38	768,0	-	899,4	920	-
21°	1°	798.54	36	700,2	42	785,2	31	723,1	33	864,2	920	142
22°	1°	798.2	-	696,3	-	725,7	-	757,7	-	851,8	960	-
23°	2°	797.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
24°	2°	795.62	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Grupo D

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	778,56	32	637,2	39	719,5	26	699,5	37	876,6	960	134
2°	1°	764.38	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3°	1°	756.62	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4°	1°	755.32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5°	1°	749.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Grupo D1

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	674.76	-	638,0	-	620,0	-	613,0	-	720,0	840	-

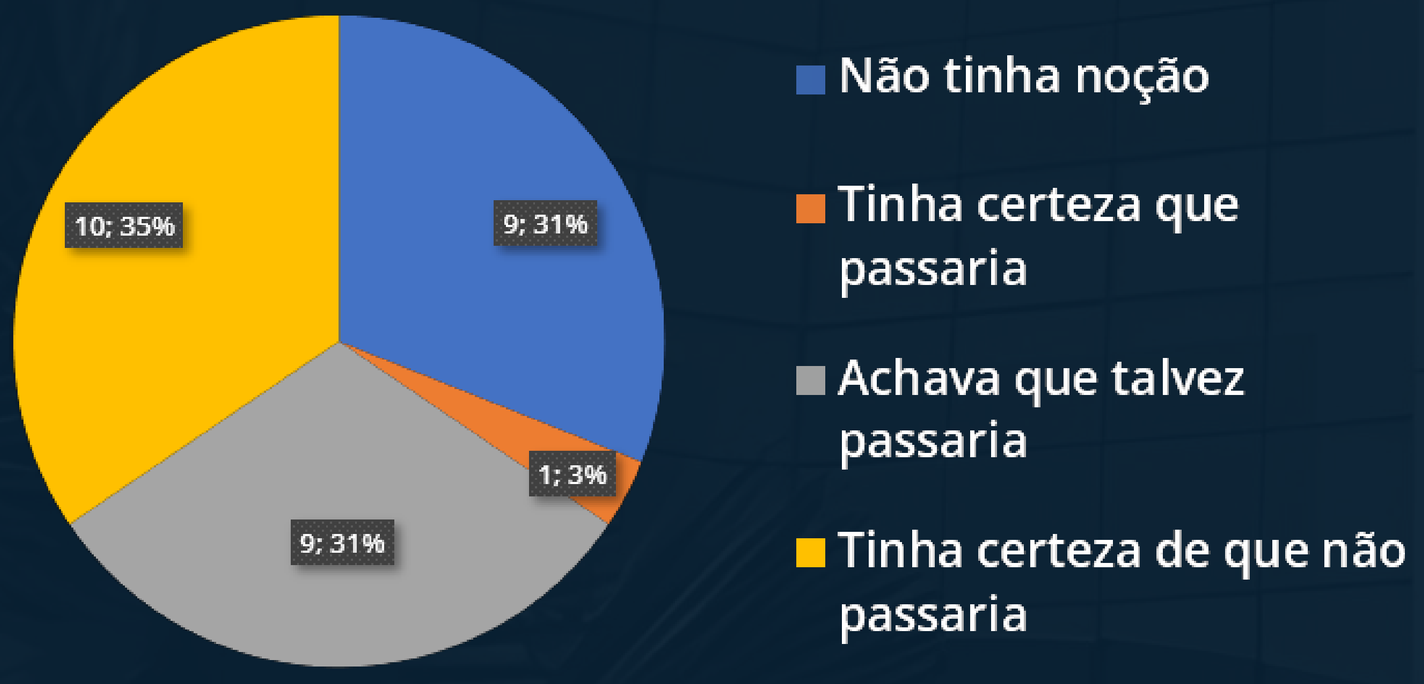
Grupo E1

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	733.08	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Grupo E

	Chamada	Média	Linguagens		Humanas		Natureza		Matemática		Redação	Acertos
			Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	1°	800,98	38	685,2	38	726,2	38	789,9	35	903,6	900	149
2°	1°	796,68	-	695,5	-	747,5	-	711,1	-	849,3	980	-
3°	1°	795,3	37	656,3	42	817,6	33	744,8	32	857,8	900	144
4°	1°	794,58	-	685,7	-	713,4	-	765,9	-	927,9	880	-

Você achou que seria aprovado em medicina quando finalizou o ENEM?



NOTAS PISM

Grupo A

	Chamada	PISM I									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4	1°	121,0	25	4,75	5,25	5,75	7,75	6,00	0,50	3,00	2,50
5	1°	138,0	28	8,75	0,50	6,50	2,75	6,50	3,00	6,50	6,50
6	1°	100,5	28	3,25	0,50	8,50	3,50	4,25	0,00	0,00	2,25
7	1°	147,0	30	10,0	5,00	8,00	8,50	6,50	1,00	3,00	1,50

	Chamada	PISM II									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4	1°	180,75	23	7,50	0,50	8,00	5,75	9,50	0,50	2,50	3,00
5	1°	210,0	29	6,75	1,25	9,25	4,50	6,25	0,00	5,00	8,00
6	1°	180,0	27	2,75	0,25	5,75	4,00	7,50	2,00	8,50	2,25
7	1°	179,25	26	7,75	0,00	8,75	3,50	7,25	0,00	3,00	3,50

	Chamada	PISM III						Nota Final
		Nota Total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas				
				Português	Física	Química	Biologia	
1	1°	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	-	-	-	-	-	-	-
4	1°	457,50	31	16,25	7,00	18,75	18,50	759,25

Grupo B

	Chamada	PISM I									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	183,0	32	6,75	7,75	4,25	7,00	5,75	10	10,00	8,00
2	1°	168,0	34	6,00	5,25	6,75	5,00	5,00	10	5,00	7,00
3	1°	194,5	36	6,50	9,00	8,75	7,50	7,50	10	5,00	7,00
4	1°	151,50	29	4,250	5,00	5,25	3,75	6,00	9,00	5,00	8,50
5	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

	Chamada	PISM II									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	298,5	32	8,75	9,50	6,50	8,50	6,25	9,25	10,00	8,50
2	1°	301,5	36	7,00	9,75	6,25	9,50	8,25	10	7,50	6,25
3	1°	271,5	35	4,00	6,00	8,50	5,25	6,00	10	10,00	5,75
4	1°	280,5	33	4,75	5,25	9,50	6,25	7,75	10	8,00	9,00
5	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

	Chamada	PISM III						Nota Final
		Nota Total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas				
				Português	Física	Química	Biologia	
1	1°	566,0	37	19,25	20,00	22,00	15,00	1047,75
2	1°	546,25	34	19,5	13,5	23,0	19,25	1.015,75
3	1°	545,00	36	17,75	18,25	20,25	16,75	1011,00
4	1°	557,5	32	17,25	20,50	24,25	17,50	989,50
5	1°	-	-	-	-	-	-	-

Grupo C

	Chamada	PISM I									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	211,0	27	9,00	7,50	8,50	8,50	6,00	9,50	10,0	9,50
4	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	1°	203,0	36	9,50	9,25	7,50	8,50	8,25	10	2,50	10,00
6	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7	1°	204,5	35	9,25	9,00	8,00	7,50	7,75	8,75	7,00	10,00
8	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	1°	208,50	35	8,25	8,50	9,00	6,50	9,00	10	10,00	8,00
10	1°	189,00	37	4,00	7,50	7,75	6,50	6,25	10	7,50	8,00
11	1°	204,5	36	10,00	9,25	5,75	7,75	9,50	8,00	6,25	9,75
12	1°	214,50	36	7,25	8,25	9,25	8,25	9,25	10	10,00	9,00
13	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
14	1°	183,5	35	4,50	5,50	9,50	7,75	6,25	7,00	7,75	8,50
15	1°	183,0	31	7,00	7,50	7,75	4,75	8,00	10	8,00	7,50

	Chamada	PISM I									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
16	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
17	1°	201,0	34	7,25	7,00	8,25	7,50	7,75	10	10,00	8,75
18	1°	206,5	38	6,75	8,50	9,75	5,00	7,50	10	7,75	10,00
19	1°	210,0	36	9	7,75	6	8,5	8,75	10	10	9
20	1°	185,0	31	8,50	4,00	9,00	8,50	8,25	8,25	5,50	9,50
21	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
22	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
23	2°	187,50	34	7,00	7,50	7,25	6,50	8,50	9,00	7,50	6,50
24	2°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
25	2°	184,0	34	4,50	5,00	5,25	9,75	7,25	8,00	9,75	8,50
26	2°	201,5	34	9,00	7,75	9,50	7,25	6,50	10	7,75	9,00
27	2°	214,5	35	7,00	8,50	9,00	9,50	9,50	10	10,00	8,75
28	2°	203,5	34	9,25	8,00	9,50	9,50	7,00	10	5,00	9,50
29	2º	176,5	32	-	-	-	-	-	-	-	-
30	5°	210,0	36	9,75	7,50	9,50	8,50	5,75	10	9,50	8,50

	Chamada	PISM II									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	327,65	27	7,75	10,00	9,25	8,75	8,25	9,50	10,00	9,75
4	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	1°	324, 75	38	7,50	8,75	8,75	9,50	7,25	10	10,00	8,50
6	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7	1°	309	34	8,50	10,00	8,25	8,75	5,75	10	9,00	8,75
8	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	1°	303,0	34	4,50	8,50	9,75	8,75	6,75	9,50	10,00	9,25

	Chamada	PISM II									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
10	1°	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
11	1°	201,0	34	7,25	7,00	8,25	7,50	7,75	10	10,00	8,75
12	1°	317,25	37	7,75	10,00	8,50	8,25	5,50	9	10,00	9,75
13	1°	210,0	36	9	7,75	6	8,5	8,75	10	10	9
14	1°	185,0	31	8,50	4,00	9,00	8,50	8,25	8,25	5,50	9,50
15	1°	313,5	35	7,75	8,50	8,75	8,00	7,75	10	10,00	8,75
16	1°	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
17	1°	315,75	35	8,75	6,50	8,50	8,25	8,25	10	10,00	10,00
18	1°	306,75	37	6,25	7,75	10,00	5,75	7,00	10	10,00	8,50
19	1°	311,25	36	7,5	7	8,25	9,25	7,25	10	10	8,5
20	1°	315,0	38	7,50	6,00	9,00	9,25	7,25	10	10,00	8,00
21	1°	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
22	1°	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
23	2°	312, 75	35	4,75	8,00	8,75	10,00	8,75	10	10,00	9,00
24	2°	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
25	2°	315,75	36	7,50	7,25	9,25	8,25	8,25	10	10,00	8,75
26	2°	278,25	33	4,75	7,00	8,25	7,00	6,25	9,50	10,0	7,00
27	2°	288,0	35	8,25	2,75	10,00	8,50	7,25	9,00	6,75	9,50
28	2°	300	35	5,25	10,00	8,25	7,25	7,50	10	9,75	7,00
29	2º	294	37	–	–	–	–	–	–	–	–
30	5°	325,5	38	7,00	7,75	9,25	9,75	9,00	9,50	9,00	9,25

	Chamada	PISM III						Nota Final
		Nota Total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas				
				Português	Física	Química	Biologia	
1	1°	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	598.75	24	15,75	22,75	25,00	22,25	1137,5
4	1°	-	-	-				
5	1°	596,25	37	18,25	20,00	25,00	19,00	1124,0
6	1°	-	-	-	-	-	-	-
7	1°	605	36	21,75	18,5	24,75	20,00	1118,5
8	1°	-	-	-	-	-	-	-
9	1°	598,75	32	20,75	21,00	23,50	22,50	1110,25
10	1°	618,75	35	21,75	21,00	24,50	21,50	1108,50
11	1°	582,5	35	19,25	20,25	23,50	18,50	1106,5
12	1°	573,75	36	20,75	17,00	25,00	16,00	1105,50
13	1°	–	-	-	-	-	-	-
14	1°	632,0	34	18,75	21,50	24,50	24,25	1103
15	1°	605,0	31	19,00	22,00	25,00	24,00	1101,5
16	1°	-	-	-	-	-	-	-
17	1°	582,50	31	20,75	19,75	24,50	20,50	1099,25
18	1°	580	37	19,75	19,25	21,25	18,75	1093,25
19	1°	571,25	36	22,5	16	22	17,75	1092,50
20	1°	586,25	37	19,5	18,5	23,00	19,25	1086,25
21	1°	-	-	-	-	-	-	-
22	1°	-	-	-	-	-	-	-
23	2°	581,25	34	19,25	15,75	23,00	24,25	1081,50
24	2°	-	-	-	-	-	-	-
25	2°	570,0	36	21,75	14,25	23,75	18,25	1069,75
26	2°	588,75	37	17,75	21,75	24,00	17,25	1068,5
27	2°	565,0	37	20,75	13,00	23,00	19,25	1067,50
28	2°	563,75	34	13,50	19,50	24,25	21,50	1067,25
29	2º	585	35	-	-	-	-	1055,5
30	5°	518,75	33	20,75	11,50	21,25	17,25	1054,25

Grupo D

	Chamada	PISM I									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	192,5	35	10,00	7,50	7,00	7,25	4,75	5,00	9,75	10,00
4	1°	151,5	29	6,75	0,50	9,25	8,25	6,00	5,00	5,00	6,00
5	1°	192,5	32	9,5	9,5	6,00	6,00	8,25	6,75	6,75	6,50
6	2°	140,0	28	3,75	7,50	7,75	7,00	3,75	3,25	4,50	4,50
7	2°	158,50	31	6,50	5,50	8,00	4,00	4,50	7,75	3,00	9,00

	Chamada	PISM II									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	246,0	30	3,75	9,25	7,75	6,50	6,75	5,00	5,50	7,50
4	1°	240,75	33	5,00	2,75	4,75	7,75	5,25	9,75	5,75	6,25
5	1°	246,00	27	5,50	5,75	8,25	5,50	5,25	7,75	8,00	3,00
6	2°	233,25	28	3,25	2,50	8,25	4,00	5,25	10	10,00	6,50
7	2°	246,75	33	5,75	0,50	7,25	5,75	7,50	8,00	7,00	7,50

	Chamada	PISM III						Nota Final
		Nota Total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas				
				Português	Física	Química	Biologia	
1	1°	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	-	-	-	-	-	-	-
3	1°	476,25	32	19,25	11,50	18,25	14,25	914,75
4	1°	502,5	31	16,25	11,50	20,50	21,50	894,75
5	1°	416,25	24	13,00	9,00	14,50	15,75	854,75
6	2°	433,75	31	17,75	8,75	17,00	12,25	807,00
7	2°	357,50	33	10,75	1,00	11,75	15,00	762,75

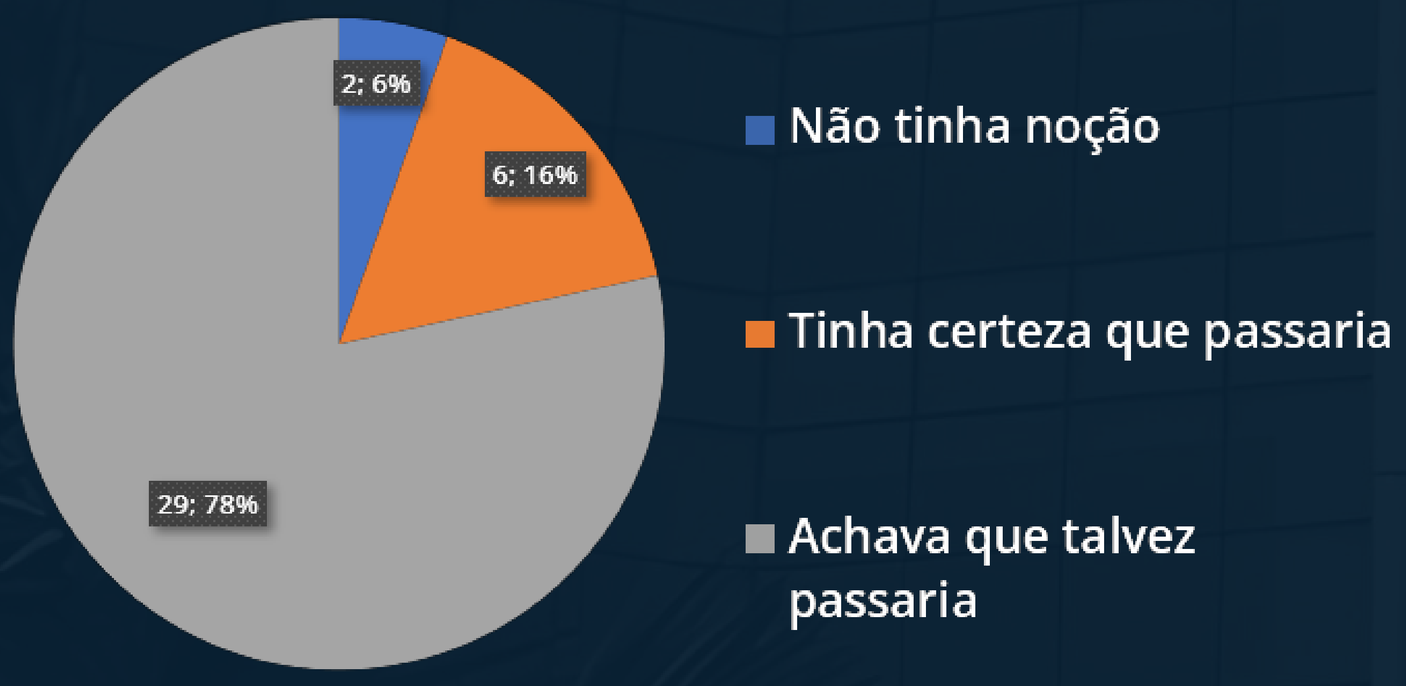
Grupo E

	Chamada	PISM I									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	200,5	39	5,75	7,50	8,00	5,75	8,75	8,00	7,50	10,00
3	1°	207,50	35	6,00	8,50	8,75	8,00	8,00	10	10,00	9,50
4	1°	175,0	37	6,00	9,00	2,75	4,25	6,75	9,25	6,25	6,50
5	1°	204,5	39	6,5	7,5	7,75	6	6,5	10	10	9

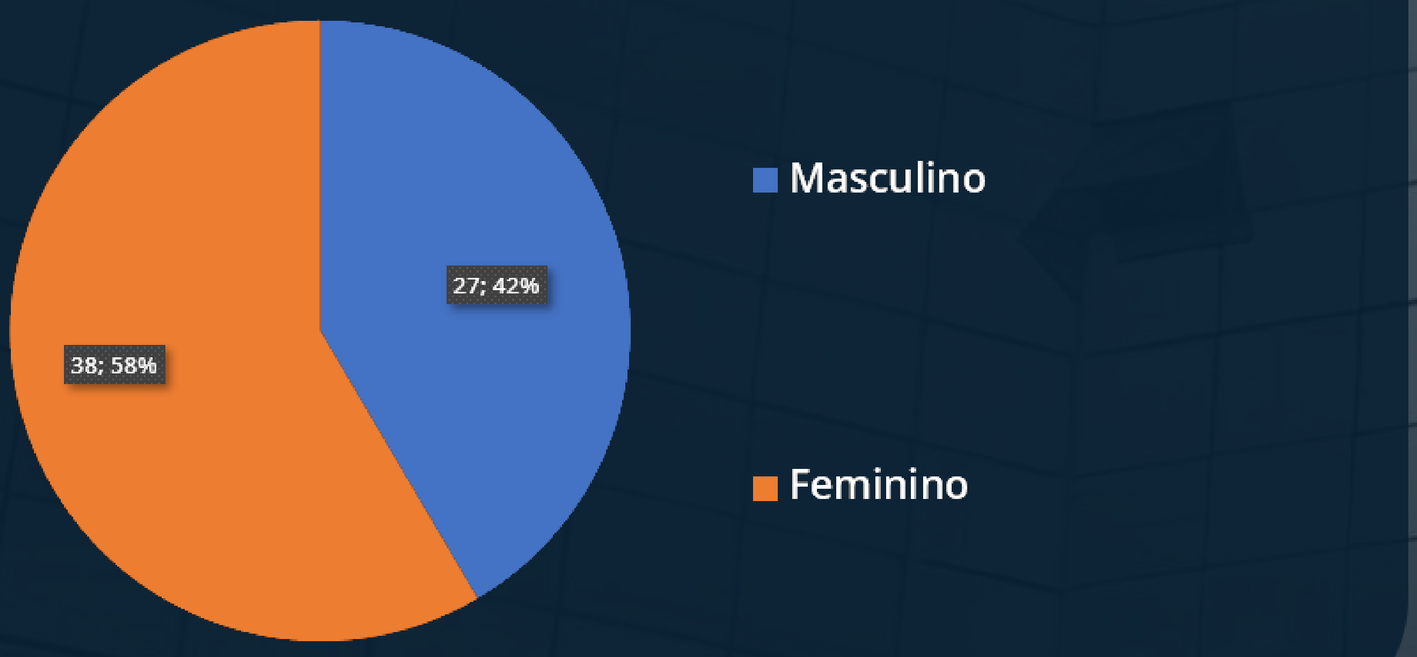
	Chamada	PISM II									
		Nota total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas							
				Língua Portuguesa	Matemática	Literatura	História	Geografia	Física	Química	Biologia
1	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	315,75	36	6,00	7,50	8,75	9,50	8,00	10	9,50	10,00
3	1°	305,25	38	5,00	7,50	8,25	8,00	8,25	10	8,00	8,75
4	1°	302,25	35	5,75	10,00	7,25	9,50	7,75	10	9,25	6,25
5	1°	310,5	39	5,75	8	8,75	8	8,25	10	8	7,75

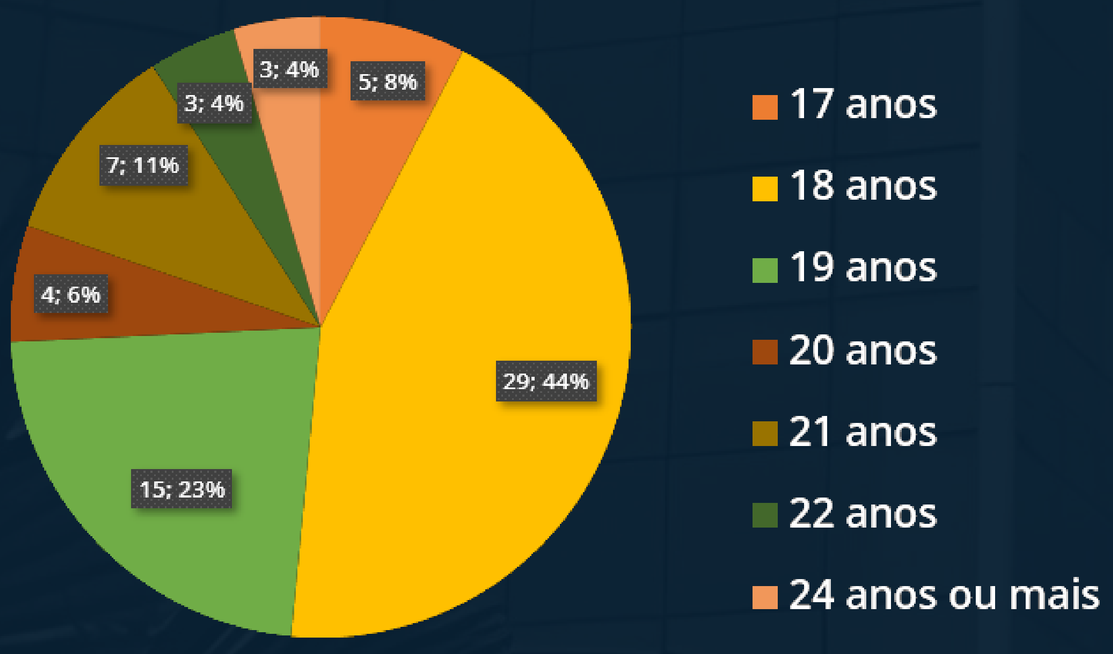
	Chamada	PISM III						Nota Final
		Nota Total	Acertos na prova objetiva	Questões abertas				
				Português	Física	Química	Biologia	
1	1°	-	-	-	-	-	-	-
2	1°	622,5	39	17,00	24,50	25,00	19,00	1138,75
3	1°	620,00	39	20,75	22,75	22,00	19,50	1132,75
4	1°	641,25	39	20,50	19,25	24,50	25,00	1119
5	1°	597,5	37	17,50	19	24,50	21,50	1112,5

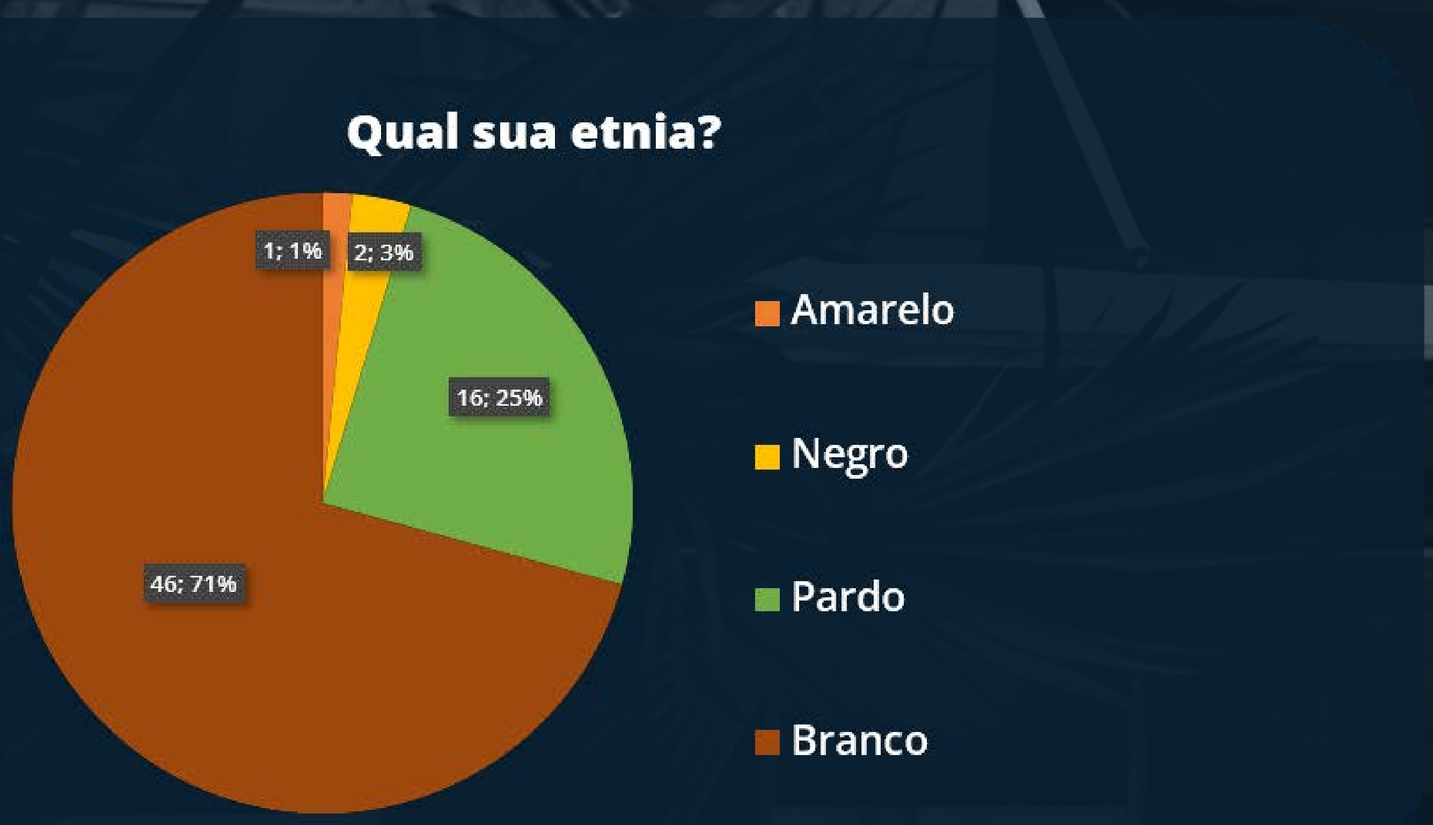
Você achou que seria aprovado em medicina quando finalizou o PISM?



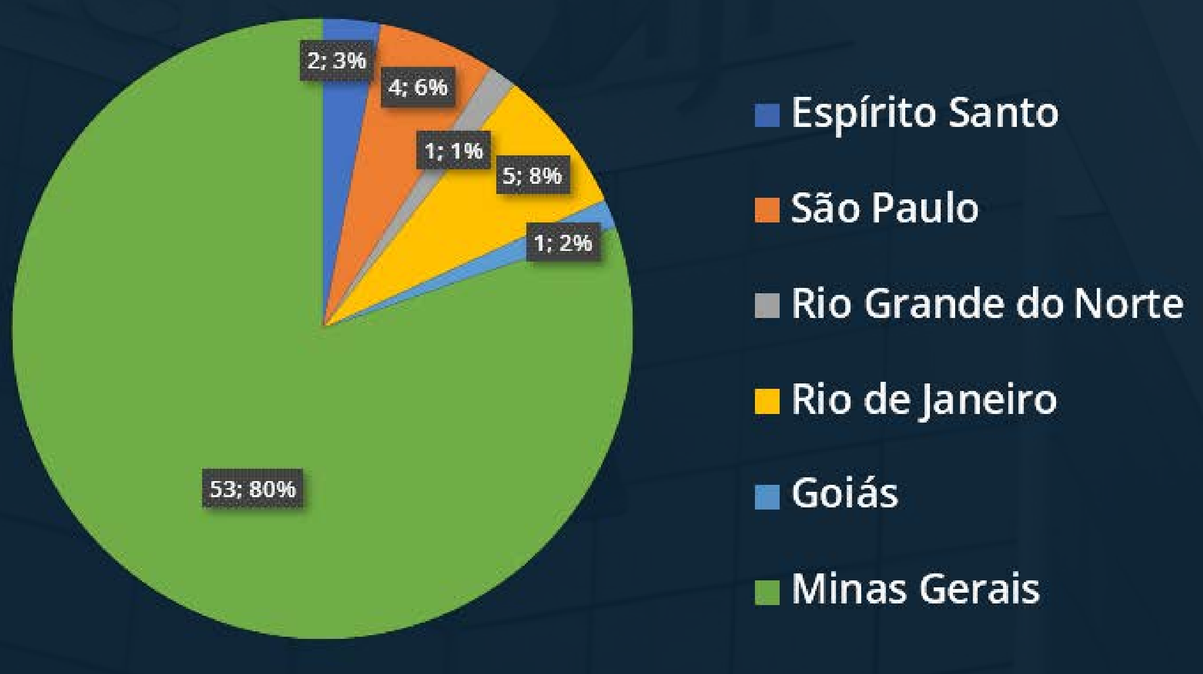
PERFIL DOS ALUNOS



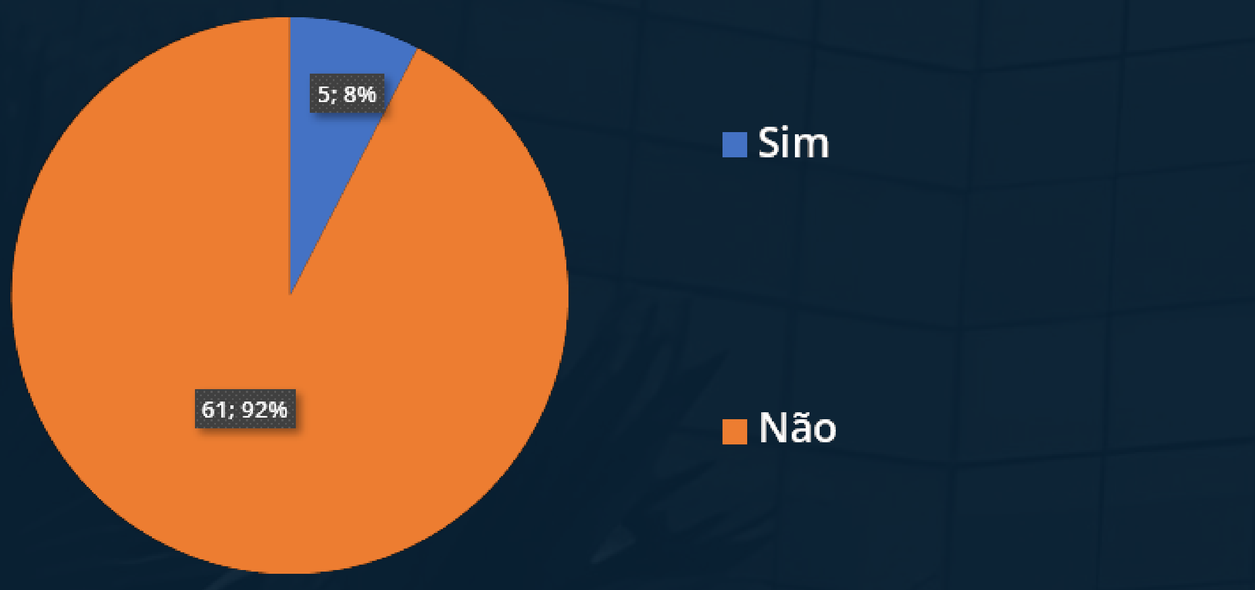




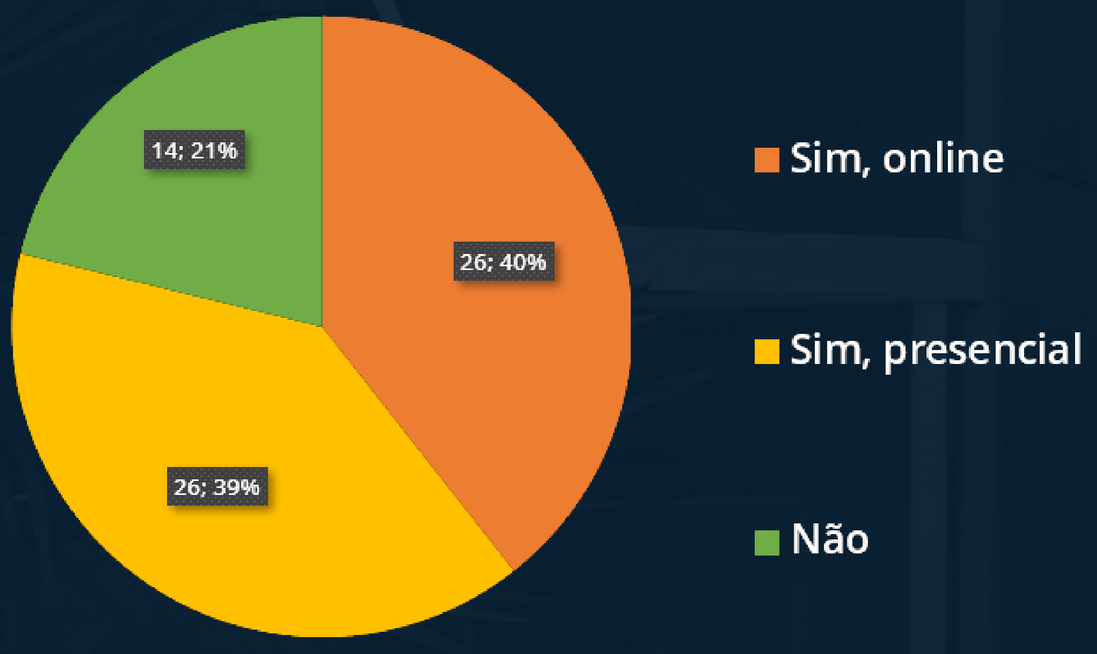
Em qual estado você mora?



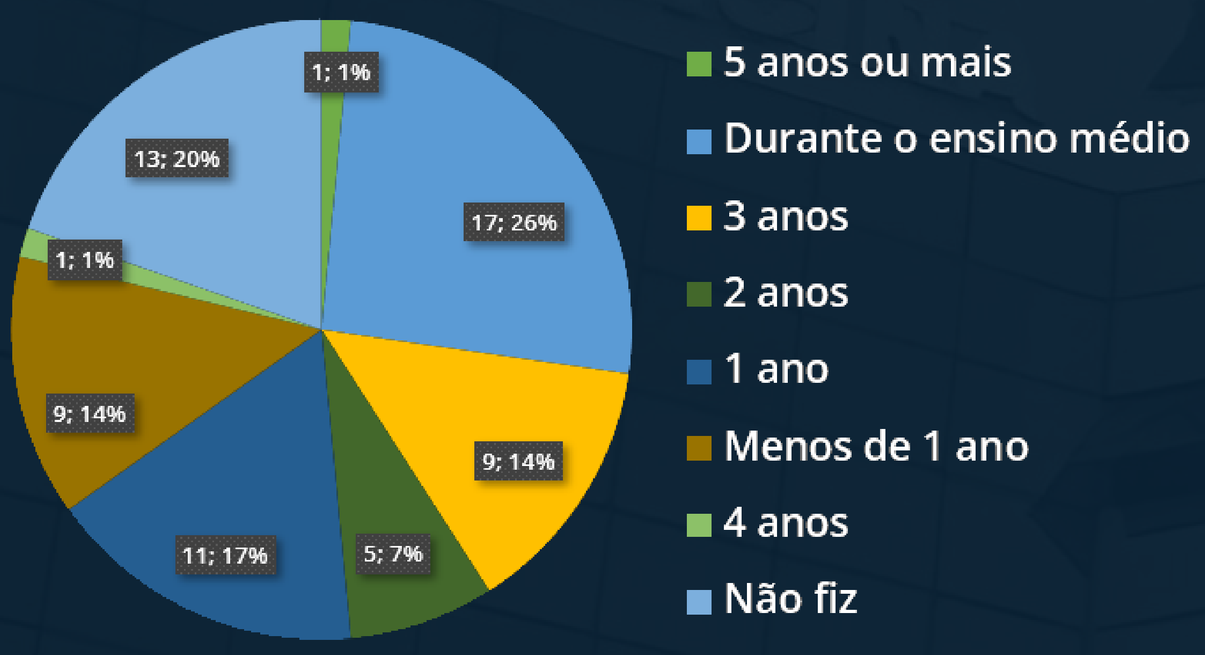
No período de preparação para o vestibular, você trabalhava?



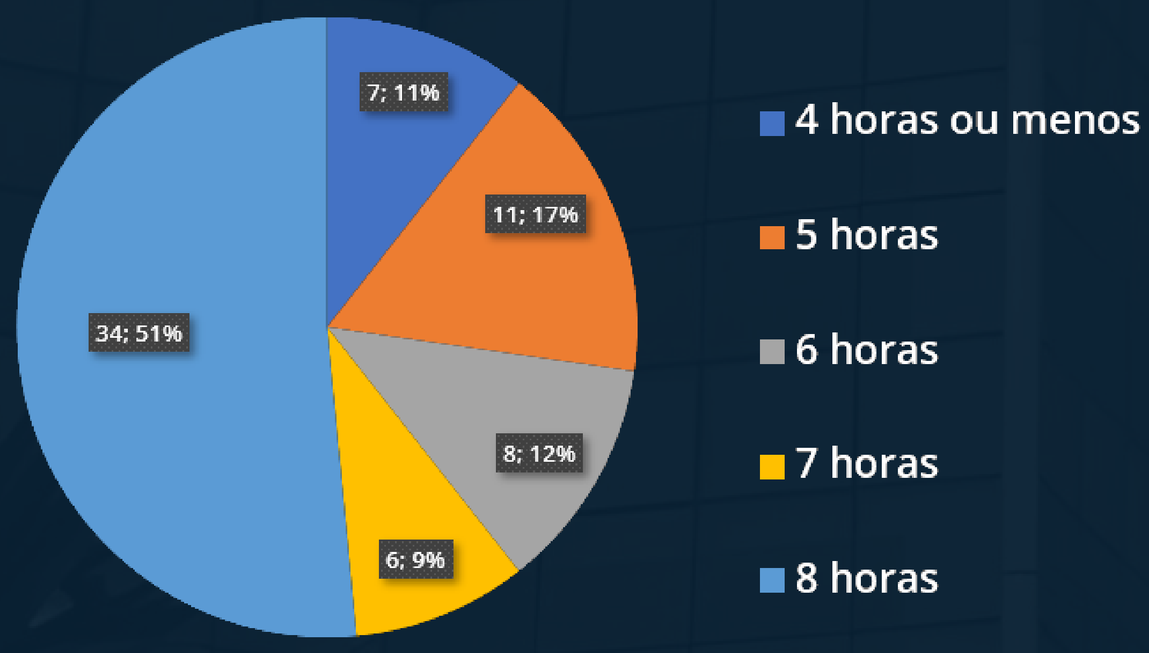
Você fez cursinho?



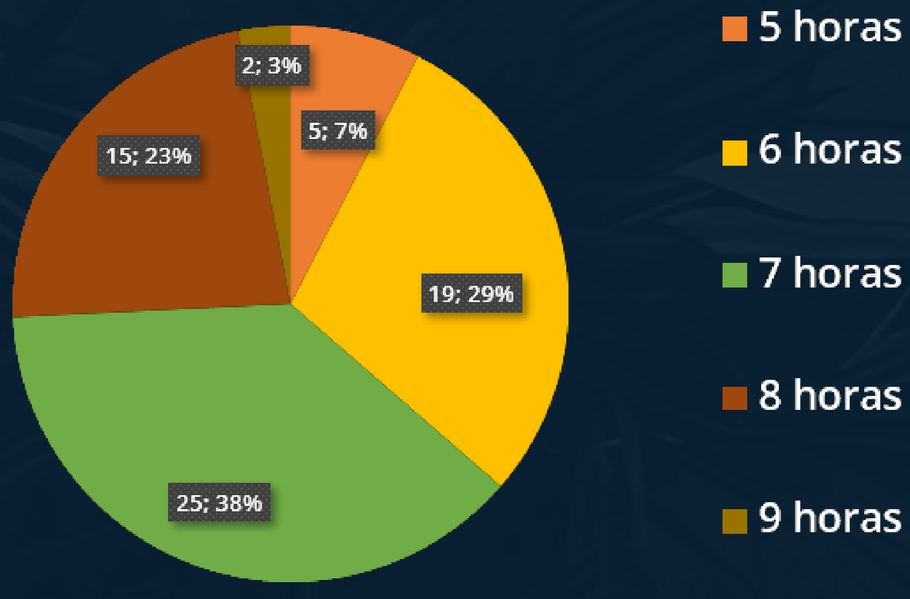
Se você fez cursinho, por quanto tempo?



Qual era o seu tempo de estudo diário?

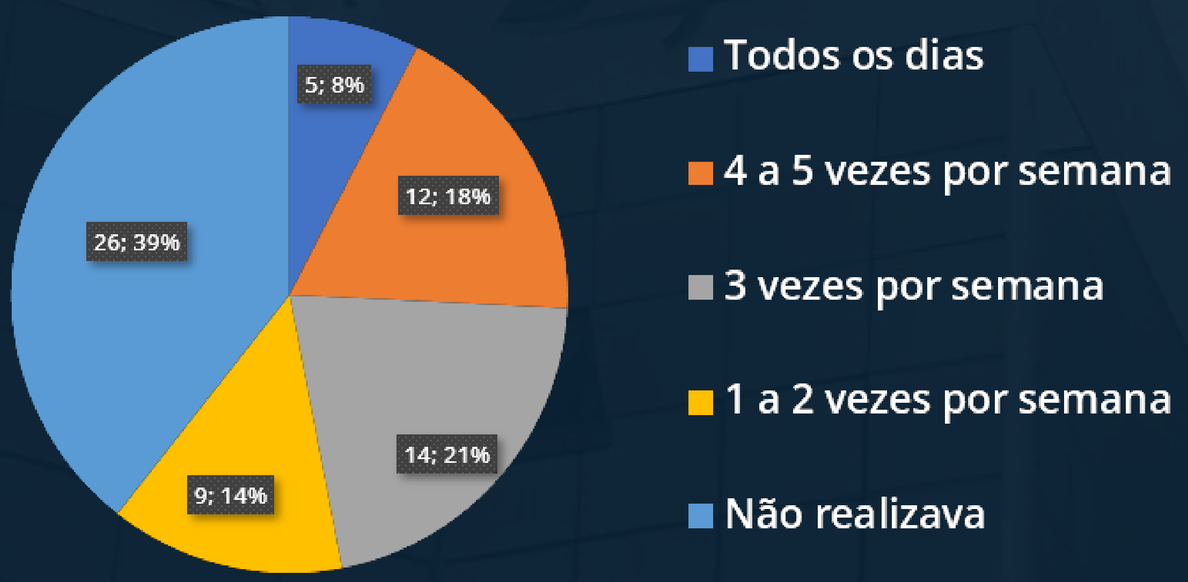


Quantas horas, em média, você dormia por noite?

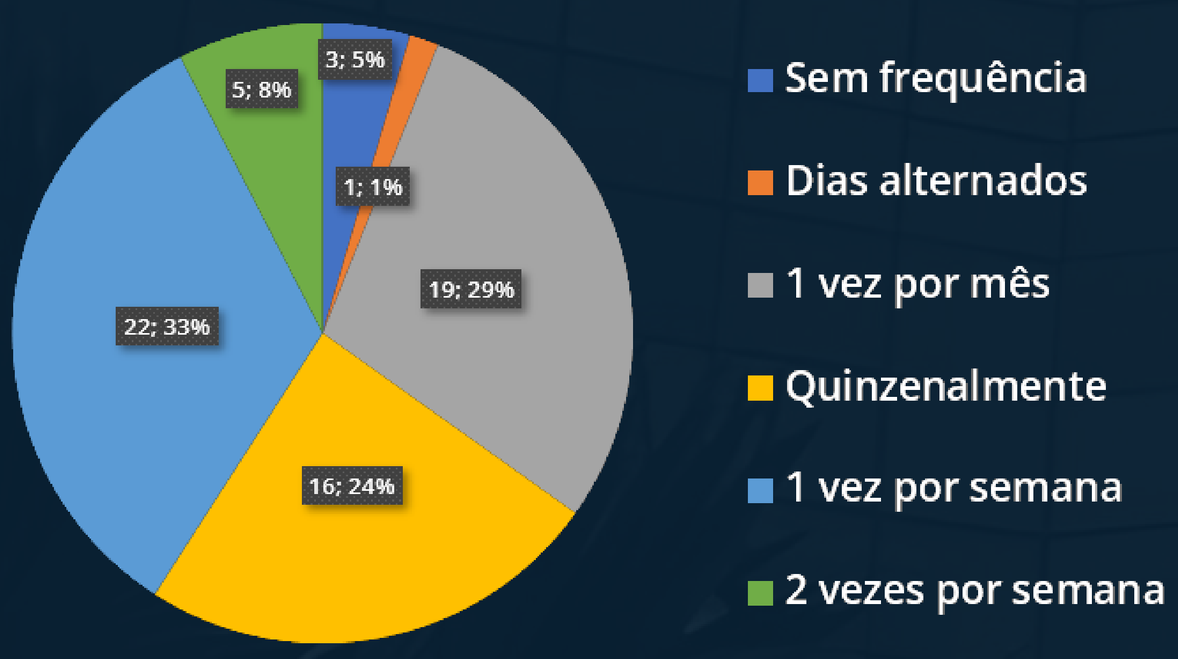


45

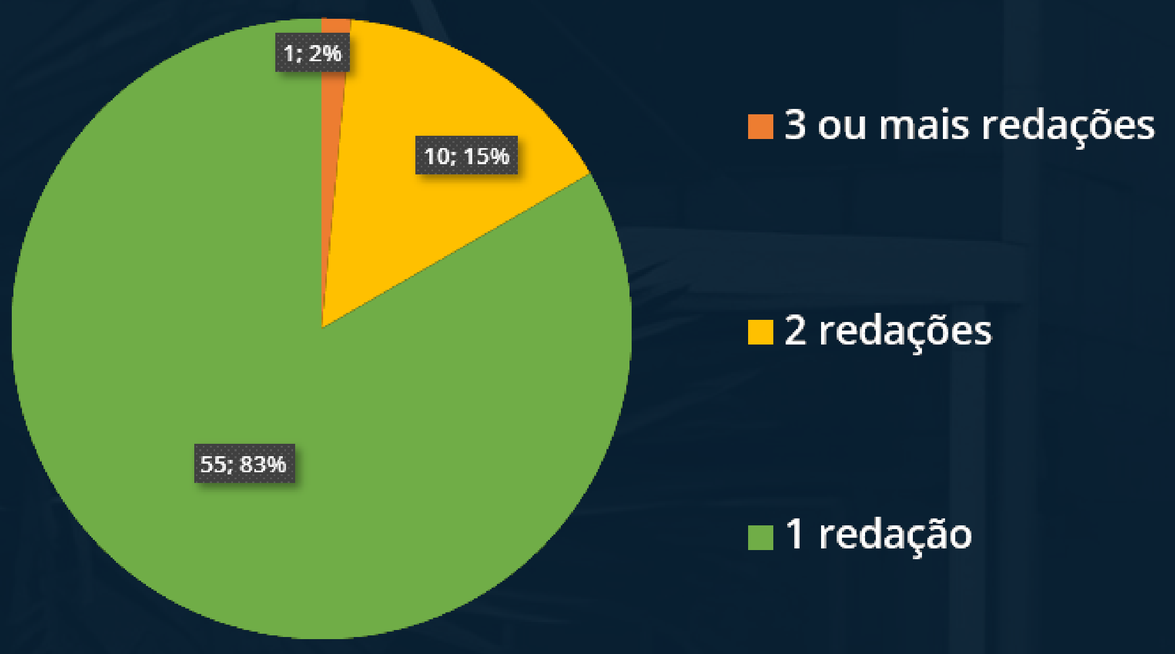
Em qual frequência você realizava exercícios físicos?



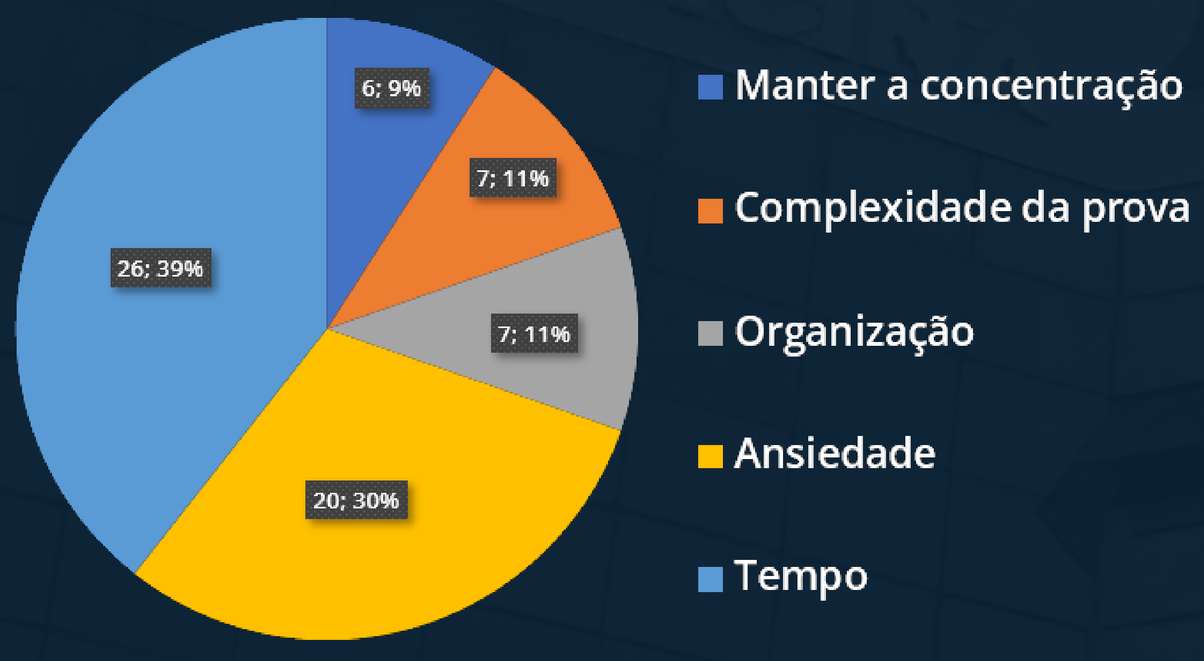
Em qual frequência você realizava simulados?



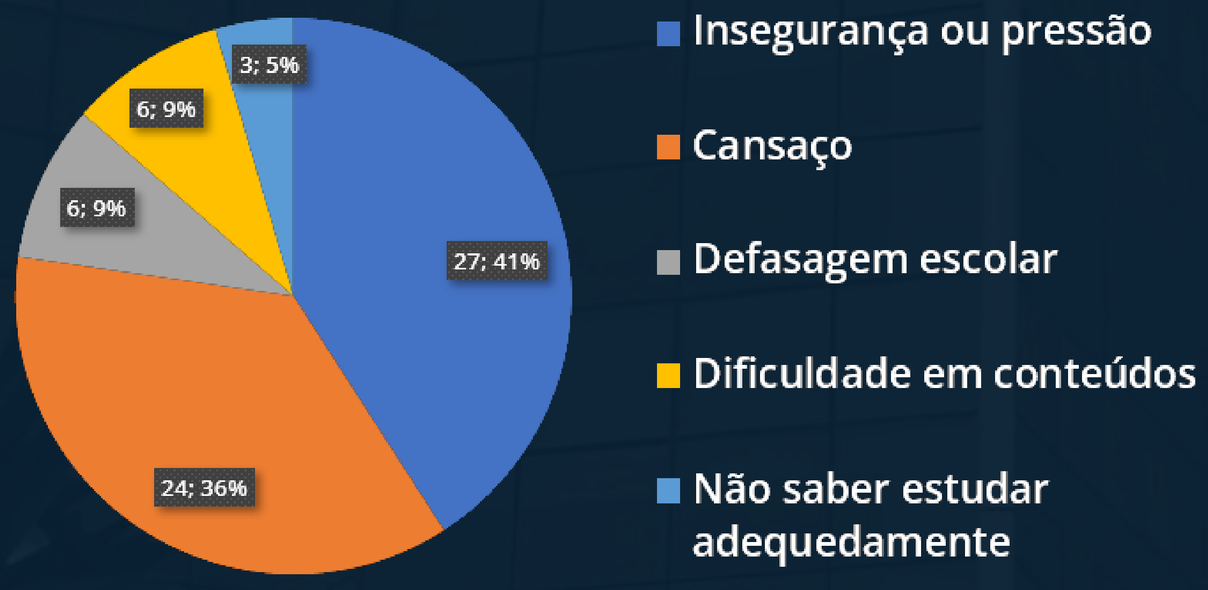
Quantas redações você fazia por semana?



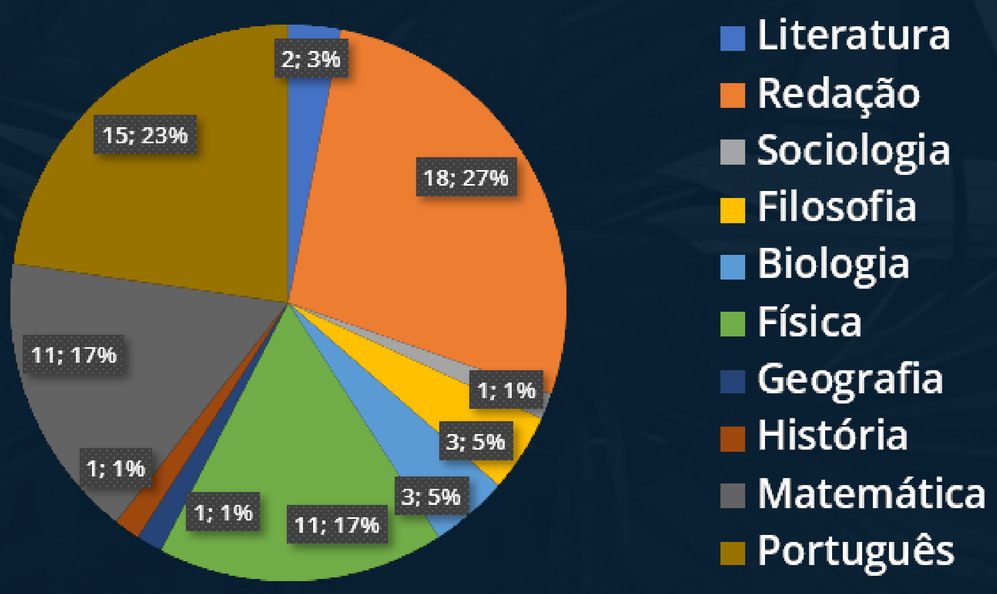
Qual foi sua maior dificuldade durante a prova?



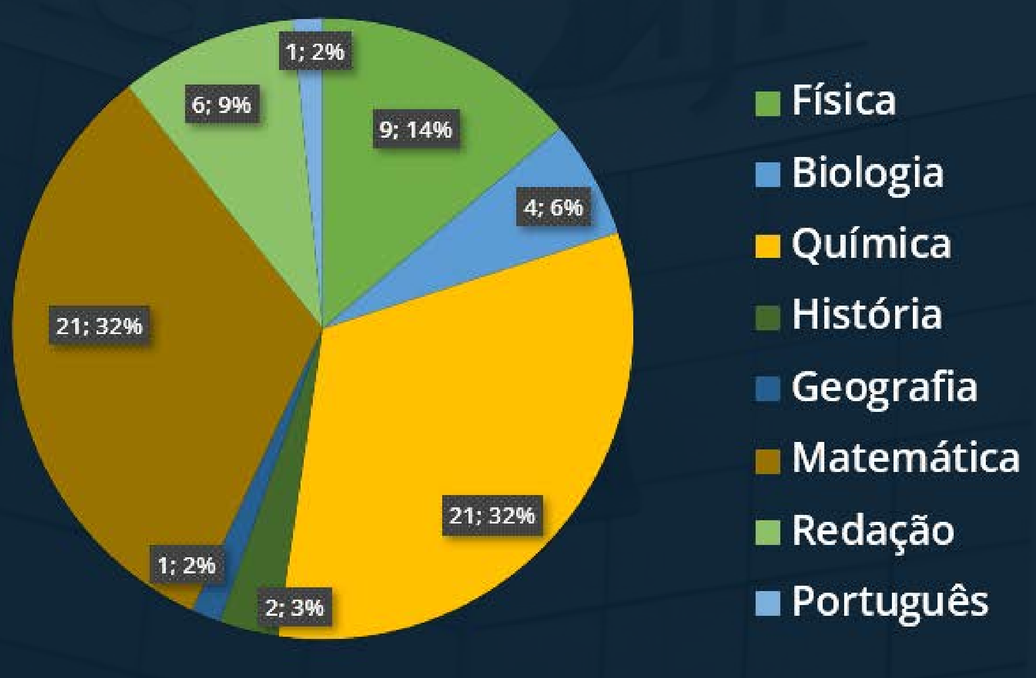
Qual foi sua maior dificuldade no preparo para o vestibular?



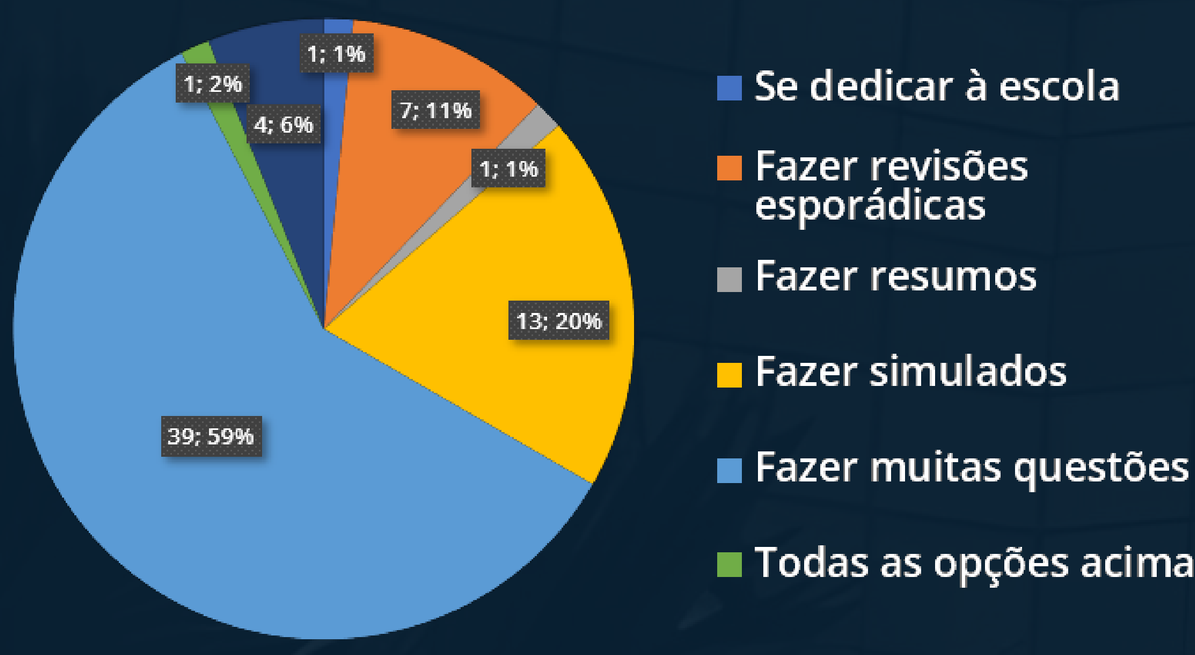
Qual matéria não deve ser subestimada durante os estudos para o vestibular?



Qual matéria foi seu diferencial na prova?



O que foi essencial para sua aprovação?



DICAS PARA O ENEM

40 acertos em Linguagens

Bruna Dielle

O diferencial em minha estratégia de estudos foi realizar um simulado ou uma prova antiga de linguagens por semana. Dessa forma, além de aprimorar a agilidade na resolução de questões e a velocidade de leitura, foi possível assimilar os padrões recorrentes na prova do ENEM.

Existem questões consideradas clássicas, que aparecem em quase todas as edições e que são importantíssimas para o TRI. Além disso, é comum a incidência, em diferentes anos, de itens que apresentam o mesmo raciocínio ou que requerem o mesmo conhecimento específico para seu entendimento. Assim, com a realização dos exames anteriores (inclusive PPL/reaplicação), esses padrões vão sendo inconscientemente introduzidos em nosso modo de pensar. Com isso, muitas vezes, conseguimos resolver um exercício sem a necessidade de um raciocínio complexo ou de uma interpretação tão aprofundada.

É interessante também a elaboração de um roteiro para a resolução das questões. Abaixo, segue o que eu utilizava:

1. Ler o enunciado e identificar o comando da questão.
2. Fazer leitura direcionada dos textos de apoio.
3. Excluir as alternativas “absurdas” - que normalmente são tranquilas de identificar.
4. Ler atentamente as alternativas restantes e analisar detalhes:

- Palavras- chave (sempre, nunca, todos, nenhum).
- Termos rebuscados específicos (normalmente usados como distratores).
- Comando da questão (às vezes podem existir duas ou mais alternativas corretas, porém, somente UMA atende ao comando da questão).

40 acertos em Natureza

Said Naime

Passar em medicina não é questão de "ter dom" ou "fazer um ENEM perfeito". Na minha opinião, a aprovação está muito mais ligada a uma questão de constância nos estudos do que saber tudo que foi passado ou que cairá. E, infelizmente, um ano de estudos não é suficiente. E mesmo que fosse, às vezes não era pra ser. Eu, por exemplo, sempre dei meu máximo no ensino médio inteiro, sempre fui o cara que passava a tarde na biblioteca fazendo questões e lendo matéria. E mesmo assim, acabei tangenciando a redação no meu terceiro ano :p. É ai que entra a parte de constância: não adianta ser bom em uma prova e mandar mal na outra. Mas, enfim, me pediram um texto falando sobre Naturezas, e disso eu ainda não falei.

Bom, eu sempre quis ir para a área de pesquisas, então sempre me interessei muito por todas essas matérias (física, química e biologia) e esse fato, por si só, já me ajudava muito. Por esse mesmo motivo, sempre li livros e artigos de física, acompanhava canais de ciência no Youtube e coisas assim. Apesar disso não ajudar diretamente na prova, me ajudou a entender melhor os fenômenos físicos e químicos, principalmente a compreensão de que estão todos interligados, apesar de virem separados nas questões.

Mas acho que para o vestibular, o maior diferencial foi o fato de eu sempre ajudar meus amigos com o que eles tinham dificuldade. Isso porque, para conseguir ensinar algo, é preciso ter muita certeza do que você está falando, o que me ajudava, de fato, a consolidar o conteúdo. Enfim, diferente do que muitos falam, acredito que, em Natureza, é preciso ter um equilíbrio maior entre teoria e exercício do que nas outras provas para alcançar melhores resultados.

38 acertos em Natureza

Henrique Ventura

A minha estratégia para obter 38 acertos em natureza foi focar, desde o início do ano, em provas antigas do ENEM e em simulados de outros cursos, como SAS, Bernoulli e Poliedro. Todo fim de semana, eu pegava essas provas para fazer, mas apenas as do segundo dia (matemática e natureza), pois eram meu ponto fraco, e meu número de acertos era baixo, ao contrário do primeiro dia, que eu sempre fui bem. É importante ressaltar que, devido à importância da correção como pilar fundamental de um bom estudo, eu sempre corrigia os simulados logo no dia seguinte.

Além disso, eu acompanhei aulas e lives gratuitas de uma professora de biologia (que mais aprova na UERJ), o que contribuiu muito para o meu conhecimento em biologia. No fim das contas, no ENEM, meu segundo dia ficou tão bom quanto o primeiro.

980 na redação

Lucio Jacobelli Plentz

Inicialmente, quero introduzir esse texto com uma citação de um empresário e autor norte-americano, Harvay Mackay: "O sucesso é resultado da combinação entre a preparação diligente e a capacidade de antecipar os obstáculos que surgem no caminho''.

Em um primeiro momento, vamos adentrar no fator ''preparação diligente'', ou seja, a dedicação básica no estudo da redação modelo ENEM. Para uma boa preparação, você deve estudar, de forma aprofundada, sobre 2 itens: estruturação padrão (macroestrutura e microestrutura) e as 5 competências avaliadas.

Com relação à estruturação padrão ENEM, você deve entender exatamente o que deve colocar em cada parágrafo e em cada período do seu texto. A macroestrutura regula os parágrafos, enquanto a microestrutura regula os períodos. Assim, na macroestrutura, você entenderá que seu texto deve ser composto por 4 parágrafos, sendo 1 de introdução, 2 de desenvolvimento e 1 de proposta de intervenção. Já na microestrutura, você aprenderá o que colocar em cada período da introdução, do desenvolvimento e da proposta de intervenção. Lembre-se: isso é o básico.

Com relação às 5 competências avaliadas, estude-as conforme seus erros nas correções. Assim, ao verificar, por exemplo, que você perdeu 40 pontos na C1, analise, no manual do corretor do INEP, o porquê você perdeu essa pontuação. Não vou destrinchar aqui cada competência, mas vou te dar um detalhe da C1 que acho importante: mesmo que você não cometa erros gramaticais e sintáticos, o corretor não poderá te dar pontuação máxima (200 pontos) caso seu texto não apresente todos os 3 elementos seguintes: intercalação sintática, inversão sintática e subordinação.

Então, pesquise mais a respeito desses detalhes de estrutura sintática. Abaixo, seguem alguns exemplos das 2 estruturas menos comuns, que quase ninguém utiliza no ENEM e, assim, perdem pontuação na C1:

Exemplo de intercalação sintática (em amarelo): Assim, faz-se necessária, a fim de mitigar as consequências intrínsecas à má gestão dos resíduos sólidos na contemporaneidade do país, a análise dos fatores que agravam o cenário atual.

Exemplo de inversão sintática (em amarelo): No decorrer da obra ''Democracia e saúde no Brasil: uma realidade possível?'', Humberto Dantas – cientista político brasileiro - atesta a saúde efetiva e universal como um elemento proeminente e integrador de um sistema democrático ideal.
** Nesse caso, a oração invertida é uma oração subordinada adverbial.

Dito isso, vamos partir para um lado menos técnico e mais estratégico: o pilar ''antecipação de cenários''. Depois de entendida, de forma plena, a estrutura ideal de redação ENEM, você deve ter um plano, no qual tenha controle total das ações tomadas em cada cenário de ocorrência. Portanto, se você quiser ter confiança na escrita, não poderá ficar refém do tema que venha a cair no dia oficial.

Para introdução, selecione uma citação que goste para cada possibilidade de ocorrência de eixo temático. Aqui, vou te entregar os principais eixos temáticos para você procurar uma citação, de preferência pouco utilizada, para cada um deles. Eixos temáticos: problemas sociais constitucionais, saúde, meio-ambiente, educação, esporte, tecnologia e cultura.

Definidas as citações para cada um dos eixos temáticos anteriores, defina pelo menos 5 argumentos de causa, como ''negligência estatal'', que podem ser utilizados para qualquer tema nos 2 parágrafos de desenvolvimento. Por fim, sua proposta de intervenção pode ser flexível.

Seguindo as dicas anteriores, ao final do ano, você terá em mãos um plano extremamente estratégico do que vai escrever para cada cenário de ocorrência temática. Assim, não terá problemas com nenhum tipo de tema. Inclusive, provavelmente, torcerá para o tema ser difícil, uma vez que, diferente da maioria, terá tranquilidade e calma para escrever sobre qualquer coisa.

Acho que me alonguei demais kkkkkk, mas não podia deixar de te passar os 8 padrões que eu notei em redações nota mil depois de ler dezenas delas. Seguem abaixo os 8 padrões:

Padrão 1 - utilização de 3 repertórios socioculturais, um na introdução, um no desenvolvimento 1 e um no desenvolvimento 2.
Padrão 2 - estruturação pautada em tese de problematização e argumentos de causa (o aluno apresenta 2 causas para o problema e as desenvolve ao longo dos desenvolvimentos).
Padrão 3 - alta quantidade de conectivos para mostrar excelente domínio de coesão.
Padrão 4 - vocabulário rebuscado com alguns termos mais comuns no universo jurídico.
Padrão 5 - substituições lexicais para não repetição de palavras.
Padrão 6 - utilização da estratégia ''ciclo textual'', na qual o aluno termina seu texto citando um repertório já utilizado.
Padrão 7 - utilização de, pelo menos, um repertório pouco usado.
Padrão 8 - utilização de um dado disponibilizado nos textos motivadores de forma plausível, ou seja, fazendo uma análise crítica com base no dado, não apenas citando-o.

Com todas essas ferramentas que te passei, você poderá atingir a pontuação que sempre sonhou. E, como iniciei o texto com uma citação, não poderia terminar de forma diferente.
"Na cadência do tempo, a paciência se faz poesia, trilhando estradas de incerteza até que o destino desvende os segredos dos nossos objetivos." - Carlos Drummond de Andrade
Por mais que hoje não pareça, sua hora vai chegar. Te vejo na UFJF!
Abraços!

3 vezes 900+ na redação

Isabela de Almeida

Dicas para a produção de uma boa redação:

• O projeto de texto é essencial para saber por onde começar e como desenvolver a escrita.

•Desenvolva a C1 estudando gramática. Erros como regência verbal e pontuação são corrigidos com estudo e preparo. Veja as palavras mais recorrentes na sua redação e busque a melhor forma de utilizá-las.

•Para desenvolver e aprimorar sua redação, é necessário observar seus erros recorrentes e procurar entender como corrigi-los.

•Ao criar seu modelo, você escreverá com mais rapidez e confiança. Em qualquer quesito de redação, a prática é essencial.

Para elucidar melhor, vou me usar de exemplo. No primeiro ano do ensino médio tinha dificuldade em escrever uma redação e ficava perdida por onde começar. Escrevi algumas e comecei a perceber o que me agradava em cada uma delas. Então, reuni as partes que mais gostava e fui criando o meu modelo. Entretanto, meu modelo não era estático, se em algum momento eu escrevesse algo que gostei e quisesse passar a utilizar, bastava inserir no meu texto. Além disso, ler redações nota mil das edições anteriores do ENEM me ajudava a ter inspiração e a me basear no que é válido escrever. Por fim, fazia uma redação por semana obrigatoriamente, mas geralmente, de 15 em 15 dias, fazia mais uma redação opcional, além da semanal. Não se esqueça que fazer uma boa correção é fundamental para evoluir nos erros.

39 acertos em Matemática

Pedro França

Bom, pensando em passar o máximo de conhecimento em um menor número de linhas possíveis, gostaria de começar dizendo que a mentalidade é um fator essencial para conseguir se sair bem na prova de matemática, tanto do ENEM, quando de outros vestibulares. Portanto, para finalmente aprender a tão temida matemática, você precisa encará-la com bons olhos, parar de vê-la como um bicho de sete cabeças e realmente começar estudando sem aquela preguiça típica do estudante: “Nunca vou aprender matemática. Quem foi o cara que misturou número com letras? Hahaha''.

No seu cronograma de estudos, comece pelo princípio, ou seja, não negligencie a matemática básica (que de básica não tem nada), já que ela é a base para que você possa adquirir todos os outros conhecimentos matemáticos.

Ao longo de toda sua jornada, é essencial que você foque em treinar muito com questões, uma vez que matemática é a matéria que você mais precisa colocar em prática. Assim, fazer muitas provas antigas do ENEM e de outras bancas, como FAMEMA, FARMERP, UNESP, UFU E FUVEST, vai colocá-lo em um patamar de confiança para resolver diferentes tipos de questões. Além disso, ao treinar, principalmente com as provas anteriores do ENEM, você notará os modelos de questões que mais se repetem ao longo dos anos (juro, é bizarro quando você começa a enxergar os padrões).

Se quiser ter um bom resultado em matemática no ENEM, precisará ser pragmático e, de fato, colocar a mão na massa. Matemática é isso: chorar, bater a cabeça, errar e errar, mas nunca desistir.

39 acertos em Humanas

Guilherme Marques

Bem, como vocês podem ver no meu depoimento aqui na cartilha, eu não tinha muito tempo para estudar para o ENEM. Então, precisei de estratégias que me ajudassem a tirar a maior nota possível com o pouco tempo de estudo que eu tinha.

Partindo do Princípio de Pareto, eu peguei 20% das matérias que representavam 80% das questões do ENEM dos últimos anos e classifiquei esses assuntos de acordo com a incidência nas provas. Com esses dados em mãos, comecei a estudar seguindo uma ordem de prioridade estratégica.

Meu estudo de Humanas foi da seguinte forma:

- Eu estudava principalmente de forma passiva, ou seja, eu mais assistia aula do que fazia exercícios;
- Após o encerramento de cada bloco de matéria, eu gravava um áudio para um grupo do WhatsApp, que só eu tenho acesso, resumindo e explicando o assunto com a minha linguagem;
- Eu sempre correlacionava a matéria com o que estava acontecendo no mundo naquela época;
- Eu fazia questões de humanas durante os simulados semanais e só fazia exercícios de uma matéria específica quando eu sentia alguma dificuldade em fixá-la;

Além do estudo, o que eu também considero importante é o modo de fazer a prova. O exame de humanas, na maioria das questões, terão distratores que irão te induzir ao erro. Aconselho que vocês vejam o vídeo abaixo no Youtube que aborda melhor sobre os distratores.

Vídeo distratores: https://www.youtube.com/watch?v=UdzeD6-SKmU

Ademais, o tempo na prova de humanas é um dos fatores mais complicados de se lidar e as questões têm textos enormes com palavras difíceis que irão confundir sua mente e te fazer perder tempo.

Para evitar perder questões por conta dos distratores ou por conta do tempo, eu utilizava estas técnicas na hora de fazer os simulados:

- Eu sempre lia o enunciado da questão e procurava pelo comando dela;
- Logo após, eu lia as alternativas e, às vezes, era possível já eliminar algumas delas que não tinham nada a ver com o que o enunciado pedia.
- Em seguida, eu ia para o texto da questão e alternava entre uma leitura dinâmica e uma leitura mais atenta. Eu sempre sublinhava as informações importantes;
- Eu também anotava as palavras que eu não conhecia para pesquisar depois e enriquecer o meu vocabulário;
- Posteriormente, eu voltava às alternativas e tentava eliminar aquelas que não faziam sentido. Por fim, as que sobravam eu excluía de acordo com os distratores;

Se eu tivesse que voltar a estudar para a prova de Humanas do ENEM eu utilizaria bastante o ANKI (aplicativo de celular e computador) para memorizar algumas partes importantes da matéria. O ANKI é um aplicativo de flashcard gratuito que segue a técnica de aprendizado de repetição espaçada, o que é muito útil para memorizar diversos assuntos.

DICAS PARA O PISM

Feito por Gustavo Almeida e Vinícius Almeida

O primeiro ponto que você, que vai fazer o PISM, deve entender para ir bem nas provas é que se trata de um vestibular seriado, que tem como foco sua prova discursiva, já que as questões dissertativas valem muito mais pontos que as de múltipla escolha. Acredito que o maior problema de quem vai fazer o PISM é não perceber isso, pois sem essa visão a pessoa não treina a escrita de suas respostas e não sabe transpor suas ideias para o papel, haja vista que, em muitos casos, você pode saber um conteúdo, mas não sabe explicá-lo por escrito. Isso é algo especialmente importante no PISM 3, pois nele você faz prova discursiva apenas das matérias de sua área, então, deve tratar as demais como secundárias sem medo.

Como isso é uma cartilha para vocês que querem entrar para medicina, vou ser mais específico para ajudá-los verdadeiramente: no PISM 3, foque muito em física, biologia, português e química, sempre fazendo muitas questões dissertativas do estilo do PISM e sempre se dedicando aos conteúdos em que possui mais dificuldade (para a maioria das pessoas, física é a mais difícil e química a mais fácil). Você deve sim estudar as matérias sem questões discursivas, mas se aprofundando apenas o suficiente (recomendo buscar por volta de 35/40 acertos na prova fechada, mas depende de quantos pontos você já tem).

Quanto ao PISM 1 e ao PISM 2, você deve focar em todas as matérias, pois vai fazer questões abertas de todas elas. Um erro extremamente comum, nesses dois primeiros anos, é deixar de lado algumas matérias e estudar só o que gosta. O correto é ver tudo, priorizando as que tem dificuldade, pois melhorar sua habilidade em conteúdos difíceis é o que vai fazer sua nota subir. Quando perceber que está gastando muito tempo apenas com uma matéria (vendo só ela um dia inteiro, por exemplo), comece a dividir mais seu tempo e a estudar outras matérias que sente poder melhorar.

Quanto ao estudo em si, recomendo pré-estipular os materiais que vai usar como base para ver a teoria de cada matéria e não perder tempo procurando sempre que for aprender algo novo. Claramente, você deve sim completar seu conhecimento com outras fontes, mas sempre tenha uma principal que será seu Norte. Além disso, lembre-se de usar os finais de semana para revisar fazendo questões dos conteúdos que você já viu (tão importante quanto ver novos conteúdos é fixar os que já viu). E, é claro, você deve fazer todas as provas anteriores do PISM (simule a prova como no dia, fazendo um rascunho e passando a limpo e botando tempo para fazer). Indico fazer as provas mais recentes mais de uma vez.

Por fim, considero muito importante você ter uma meta exata de pontos que você quer tirar em cada PISM, pois isso deixará seu objetivo bem mais claro e te ajudará a manter a disciplina ao lembrar do número que quer alcançar. Não é muito efetivo apenas estudar “pra ir bem”, porque “ir bem” abrange uma margem grande de pontos, por isso, indico ter uma meta bem definida e sempre pensar nela.

REDAÇÕES

Todas as redações que reunimos para vocês são referentes ao tema do ENEM 2022: Desafios para a valorização de comunidades e povos tradicionais no Brasil

O documentário "O Povo Brasileiro" de Darcy Ribeiro trata das importantes contribuições das matrizes do Brasil e de alguns outros grupos para a construção da sociedade nacional. Entretanto, para além da produção audiovisual, o que se percebe são inúmeros desafios para a valorização dos comunidades tradicionais ao longo da história brasileira. Nesse sentido, a falta de abordagem escolar e a mentalidade capitalista de crescimento desmedido são entraves à ruptura de obstáculos. Diante desse cenário, é evidente que a pequena ~~pauta~~ dada nas escolas às diferentes populações tradicionais ratifica o cenário de desconhecimento atual da importância dessa parcela social. Nesse sentido, o filósofo Kant afirma que o homem é aquilo que a educação faz dele. Então, a partir da ~~sua~~ afirmação, depreende-se que sem a introdução desse assunto em todos os seus âmbitos desde o ensino fundamental será dificultado o reconhecimento e proteção das variadas maneiras de organização social, que têm papel ~~grande~~ essencial no cuidado com a natureza.

Ademais, a lógica do capitalismo de acordo ~~sem limitação~~ econômico sem limitação contribui para o não reconhecimento dos povos tradicionais à medida que coloca em risco os direitos, as áreas ocupadas e a perpetuação de suas práticas e culturas. Um exemplo disso é a recente ~~expansão~~ expansão das fronteiras agrícolas em direção ao bioma amazônico, que intensificou o desmatamento e ~~colocou em risco~~ entrou em conflito com indígenas, ribeirinhos, extrativistas, entre outros. Assim, ao desmatamento da economia devem ser impostos limites para proteger não só florestas, mas sobretudo memórias e identidades dos territórios comunidades plurais que formam o Brasil.

Portanto, para serem conhecidos todos os grupos originários é essencial para sua valorização no Brasil. Com isso, cabe à escola — responsável pela formação ética e moral dos estudantes — promover ~~introduzir o~~ debates sobre a importância dos comunidades tradicionais no ambiente das salas de aula. Isso pode ser feito por meio de palestras que convidem representantes desses povos, a fim de solidificar o reconhecimento deles desde os anos iniciais da educação. Além disso, as políticas ambientais devem intensificar a fiscalização das áreas em que habitam ~~essa~~ essas populações para proteger seus territórios e seus membros. Dessa maneira, será dada a devida valorização a todos aqueles direitos por Darcy Ribeiro como protagonistas da formação da sociedade brasileira.

OS01043_ID_05363403_03_LT_008_D1_K0_ENEM2210401_N02_MG_001_F001.TXT / S: 0008383

enem2022 INEP MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
029
02922210095845680 5

NOTA: 900

61

REDAÇÕES

Letícia Fernandes Ferreira

C1	C2	C3	C4	C5	Total
160	180	160	200	200	900

O documentário “O Povo Brasileiro” de Darcy Ribeiro tece as importantes contribuições das matrizes do Brasil e de alguns outros grupos para a construção da sociedade nacional. Entretanto, para além da produção audiovisual, o que se percebe são inúmeros desafios para a valorização das comunidades tradicionais ao longo da história brasileira. Dessa forma, a falta de abordagem escolar e a mentalidade capitalista de crescimento desenfreado são entraves à superação do óbice.

Diante desse cenário, é evidente que a pequena pauta dada nas escolas às diferentes populações tradicionais ratifica o cenário de desconhecimento atual da importância dessa parcela social. Nesse sentido, o filósofo Kant afirma que o homem é aquilo que a educação faz dele. Então, a partir da afirmação, depreende-se que sem a introdução desse assunto em todos os seus âmbitos desde o ensino fundamental será dificultado o reconhecimento e proteção das variadas maneiras de organização social, que têm papel essencial no cuidado com a natureza.

Ademais, a lógica do capitalismo de avanço econômico sem limitação contribui para o não reconhecimento dos povos tradicionais à medida que coloca em risco os direitos, as áreas ocupadas e a perpetuação de suas práticas e culturas. Um exemplo disso é a recente expansão das fronteiras agrícolas em direção ao bioma amazônico, que intensificou o desmatamento e entrou em conflito com indígenas, ribeirinhos, extrativistas, entre outros. Assim, ao desenvolvimento da economia devem ser inseridos limites para proteger não só florestas, mas sobretudo memórias e identidades das várias comunidades plurais que formam o Brasil.

Portanto, fazer serem conhecidos todos os grupos originários é essencial para sua valorização no Brasil. Com isso, cabe à escola - responsável pela formação ética e moral dos estudantes - promover debates sobre a importância das comunidades tradicionais no ambiente das salas de aula. Isso pode ser feito por meio de palestras que convidem representantes desses povos, a fim de solidificar o reconhecimento deles desde os anos iniciais da educação. Além disso, as polícias ambientais devem intensificar a fiscalização das áreas em que habitam essas populações para proteger seus territórios e seus membros. Dessa maneira, será dada a devida valorização a todos aqueles descritos por Darcy Ribeiro como protagonistas da formação da sociedade brasileira.

REDAÇÕES

Segundo o artigo 231 da Constituição Federal de 1988, são assegurados aos índios os direitos à organização social, ao modo de vida, à cultura, além do direito originário sobre as terras que originalmente ocupam, impondo-se à União o dever de demarcá-las, protegê-las e fazer respeitar dos os seus bens. A partir dessa ideia, verifica-se que a realidade brasileira direciona a discussão para os desafios da valorização de povos e comunidades tradicionais no Brasil. Nessa lógica, é fundamental não somente atinar para a ineficiência estatal na segurança das demarcadas, mas também inquirir sobre a dificuldade da cultura de massas para o enaltecimento das comunidades autóctones.

Diante dessa perspectiva inicial, é importante afirmar que a fiscalização precária dos territórios indígenas é um dos principais empecilhos para a valorização das suas atividades, uma vez que a relação dos índios com a terra vai além da ideia de posse, sendo um fator primordial para os modos de vida e para as tradições desses indivíduos. Sob essa ótica, vale destacar que, embora a proteção das áreas demarcadas seja um direito constitucional, a realidade vivida pelo povo Yanomami, por exemplo, não reflete a garantia desse direito, pois, de acordo com a Hutukara (associação Yanomami) existem cerca de 20 mil garimpeiros ilegais explorando a região. Nesse sentido, fica evidente a desvalorização desse grupo, devido à condições como falta de agentes de segurança nas fronteiras das demarcações, de modo que as manifestações culturais e tradicionais, além do direito aos recursos naturais do território são comprometidos pela invasão de garimpeiros. Por conseguinte, não há dúvidas de que o primeiro passo para a valorização dos povos indígenas é a garantia da proteção estatal dos seus territórios de maneira eficaz.

Outro ponto que exige olhar atento refere-se à intensa internalização da cultura de massas pelos brasileiros em detrimento das manifestações de comunidades tradicionais do país. Dentro desse contexto, cabe aplicar a ideia de Indústria Cultural, que, conforme o sociólogo Max Horkheimer, é um mecanismo utilizado, sobretudo por países desenvolvidos, com a finalidade de produzir bens de cultura, a exemplo de filmes e músicas, como veículos de exportação de um modo de vida à ser seguido pelas massas. Isso significa que o fato de comunidades autóctones como as quebradeiras de coco babaçu, não serem de amplo conhecimento da população pode ser explicado pelo consumo demasiado dos brasileiros de mídias estrangeiras, resultante da invasão da cultura exterior, ~~que pode~~ a qual é ilustrada por uma gama muito superior de conteúdos internacionais em plataformas de streaming, como a Netflix, quando comparados aos nacionais. Desse modo, evidencia-se como imperante desconstruir a priorização de referências estrangeiras para a valorização das comunidades tradicionais brasileiras.

Logo, é indispensável que o Governo Federal promova uma segurança efetiva dos territórios indígenas, mediante maiores investimentos na contratação de policiais florestais, que devem fiscalizar as fronteiras das demarcações, punindo qualquer tipo de atividade ilegal, objetivando a valorização dos povos autóctones pela segurança dos suas terras. Uma medida necessária refere-se à implantação de uma educação voltada para o enaltecimento das comunidades locais, pelo Ministério da Educação, por meio de feiras culturais nas escolas, visando um contato dos alunos com as comunidades tradicionais e a sua valorização.

OS01043_ID_00053827_027_03_LT_003_D1_K0_ENEM2210401_N02_ES_001_F001.TXT / S: 0008715

02922210239566850 7

NOTA: 920

63

REDAÇÕES

Amanda Ribeiro Gonçalves de Paula

C1	C2	C3	C4	C5	Total
160	200	200	180	180	920

Segundo o artigo 231 da Constituição Federal de 1988, são assegurados aos índios os direitos à organização social, ao modo de vida, à cultura; além do direito originário sobre as terras que originalmente ocupam, impondo-se à União o dever de demarcá-las, protegê-las e fazer respeitar todos os seus bens. A partir dessa ideia, verifica-se que a realidade brasileira direciona a discussão para os desafios da valorização de povos e comunidades tradicionais no Brasil. Nessa lógica, é fundamental não somente atinar para a ineficiência estatal na segurança das demarcadas, mas também inquirir sobre o dificultados da cultura de massas para o enaltecimento das comunidades autóctones.

Diante dessa perspectiva inicial, é importante afirmar que a fiscalização precária dos territórios indígenas é um dos principais empecilhos para a valorização das suas coletividades, uma vez que a relação dos índios com a terra vai além da ideia de posse, sendo um fator primordial para os modos de vida e para as tradições desses indivíduos. Sob essa ótica, vale destacar que, embora a proteção das áreas demarcadas seja um direito constitucional, a realidade vivida pelo povo Yanomami, por exemplo, não reflete a garantia desse direito, pois, de acordo com a Hutukara (associação Yanomami) existem cerca de 20 mil garimpeiros ilegais explorando a região. Nesse sentido, fica evidente a desvalorização desse grupo, devido à condições como falta de agentes de segurança nas fronteiras das demarcações, de modo que as manifestações culturais e tradicionais, além do direito aos recursos naturais do território são comprometidos pela invasão de garimpeiros. Por conseguinte, não há dúvidas de que o primeiro passo para a valorização dos povos indígenas é a garantia da proteção estatal dos seus territórios de maneira eficaz.

Outro ponto que exige olhar atento refere-se à intensa internalização da cultura de massas pelos brasileiros em detrimento das manifestações de comunidades tradicionais do país. Dentro desse contexto, cabe aplicar a ideia de Indústria Cultural, que, conforme o sociólogo Max Horkheimer, é um mecanismo utilizado, sobretudo por países desenvolvidos, com a finalidade de produzir bens de cultura, a exemplo de filmes e músicas, como veículos de exportação de um modo de vida a ser seguido pelas massas. Isso significa que o fato de comunidades ▶

REDAÇÕES

Amanda Ribeiro Gonçalves de Paula

C1	C2	C3	C4	C5	Total
160	200	200	180	180	920

autóctones como as quebradeiras de coco babaçu, não serem de amplo conhecimento da população pode ser explicado pelo consumo demasiado dos brasileiros de mídias estrangeiras, resultante da invasão da cultura exterior, é ilustrada por uma gama muito superior de conteúdos internacionais em plataformas de streaming, como a Netflix, quando comparados aos nacionais. Desse modo, evidencia-se como imperante desconstruir a priorização de referências estrangeiras para a valorização das comunidades tradicionais brasileiras.

Logo, é indispensável que o Governo Federal promova uma segurança efetiva dos territórios indígenas, mediante maiores investimentos na contratação de policiais florestais que devem fiscalizar as fronteiras das demarcações, punindo qualquer tipo de atividade ilegal, observando a valorização dos povos autóctones pelas segurança das suas terras. Outra medida necessária refere-se à importação de uma educação voltada para o enaltecimento das comunidades locais, pelo Ministério da Edução, por meio de feiras culturais nas escolas, visando um contato dos alunos com as comunidades tradicionais e a sua valorização.

REDAÇÕES

Na obra cinematográfica "Bacurau", um isolado vilarejo do sertão – mas hiperconectado à internet – tem sua existência e identidade ameaçada pela misteriosa e súbita desconexão da rede na região. Fora da ficção, o temor identitário dos moradores retratado no filme encontra paralelo na contemporaneidade brasileira, em que as comunidades e povos tradicionais sofrem constante desvalorização no meio social. Cabe, então, analisar as causas e efeitos desse fenômeno.

Deinício, nota-se que o conhecimento sobre a existência e a relevância dessas populações não é amplamente divulgado. A comunidade brasileira não é, majoritariamente, exposta à cultura, à língua e à identidade desses povos, impedindo a construção do prestígio ~~social~~ social voltado a esses povos tradicionais. Apesar de o país conter legislação capaz de instituir o ensino obrigatório de determinados temas à população – como a Lei de Diretrizes e Bases – não há previsão para os conhecimentos sobre essas demografias ameaçadas. Dessa maneira, vê-se como a falta de conhecimento implica em desafio ~~a~~ para a valorização desses povos.

Por consequência desse maléfico desconhecimento, ~~as~~ ideais identitários das comunidades tradicionais são significativamente desvalorizados. Com o declínio do prestígio social dessas populações, traços socioculturais são perdidos e ressignificados: os rituais indígenas, a cultura quilombola e o ícone das quebradeiras de coco representam pequeno recorte ~~de~~ de exemplo da perda identitária ~~em~~ ~~condicionante~~ potencial. Esse processo é descrito pelo antropólogo Darcy Ribeiro, em sua obra "Povo Brasileiro": para o autor, os elementos culturais de um povo definem sua identidade, logo, são conceitos inseparáveis.

Portanto, fica clara a necessidade de valorizar as comunidades e povos tradicionais brasileiros, mostrando-se necessária intervenção. Urge, pois, que o ministério da Educação, visando conscientizar a população acerca da importância dessas demografias, inclua nas escolas brasileiras o ensino sobre as tradições e culturas dessas comunidades, por meio ~~de uma~~ de modificações de legislações reguladoras – por exemplo, a LDB –, que instituíram a obrigatoriedade de tal ensino. Assim, será possível afastar da realidade brasileira os negativos temores retratados em "Bacurau".

OS01043_ID_06589022_04_LT_020_D1_K0_ENEM2210401_N02_SP_003_G041.TXT / S: 0022808

02922210106067800 3

NOTA: 940

66

REDAÇÕES

Murilo Nespolo Spineli

C1	C2	C3	C4	C5	Total
160	200	200	180	200	940

Na obra cinematográfica “Bacurau”, um isolado vilarejo do sertão - mas hiperconectado à internet - tem sua existência e identidade ameaçada pela misteriosa e súbita desconexão da rede na região. Fora da ficção, o teor identitário dos moradores retratados no filme encontra paralelo na contemporaneidade brasileira, em que as comunidades e povos tradicionais sofrem constante desvalorização social. Cabe, então, analisar as causas e efeitos desse fenômeno.

De início, nota-se que o conhecimento sobre a existência e a relevância dessas populações não é amplamente divulgado. A comunidade brasileira não é, majoritáriamente, exposta à cultura, à língua e à identidade desses povos, impedindo a construção do prestígio social voltado a esses povos tradicionais. Apesar de o país conter legislações capazes de instituir o ensino obrigatório de determinados temas à população - como a Lei de Diretrizes e Bases - não há previsão para os conhecimentos sobre essas demografias ameaçadas. Dessa maneira, vê-se como a falta de conhecimento implica em desafio para a valorização desses povos.

Por consequência desse maléfico desconhecimento, ideais identitários das comunidades tradicionais são significativamente desvalorizados. Com o declínio do prestígio social dessas populações, traços socioculturais são perdidos e ressignificados: os rituais indígenas, a cultura quilombola e a técnica das quebradeiras de coco representam pequeno recorte de exemplo da perda identitária potencial. Esse processo é descrito pelo antropólogo Darcy Ribeiro, em sua obra “Povo brasileiro”: para o autor, os elementos culturais de um povo definem sua identidade, logo, são inseparáveis.

Portanto, fica clara a necessidade de valorizar as comunidades e povos tradicionais brasileiros, mostrando-se necessária intervenção. Urge, pois, que o ministério da Educação, visando conscientizar a população acerca da importância dessas demografias, inclua nas escolas brasileiras o ensino sobre as tradições e culturas dessas comunidades, por meio de modificações de legislações reguladoras - por exemplo, a LDB -, que instituiriam a obrigatoriedade de tal ensino. Assim, será possível afastar da realidade brasileira os negativos temores retratados em “Bacurau”.

REDAÇÕES

O movimento literário denominado Indianismo buscou estabelecer uma identidade aos brasileiros, a partir da exaltação dos ~~comunidade~~ indígenas, por exemplo. Na atualidade, entretanto, existem diversos desafios que precisam ser superados para a plena valorização de comunidades e de povos tradicionais do Brasil, como os índios. Nesse contexto, destacam-se a agropecuária e a carência de informações como potencializadores do problema.

Em primeiro plano, ressalta-se a expansão de atividades agropecuárias. Nesse sentido, cita-se o Arco do Desmatamento, região que sofre com a retirada da cobertura vegetal natural, para que sejam implementadas a agricultura e a pecuária. Como uma consequência desse processo, as populações locais são forçadas a abandonarem os lugares que garantem seus sustentos, ~~a partir do~~ por meio do extrativismo e da pesca, por exemplo, já que o desejo pela obtenção de lucro por parte dos grande produtores supera o interesse em conservar a floresta e os hábitos desses indivíduos. Logo, é inadmissível a ausência de políticas públicas eficientes para mudar esse cenário, o qual compromete a qualidade de vida e a integridade desses habitantes do território nacional.

Ademais, salienta-se a falta de informações sobre esses grupos sociais. De acordo com o filósofo grego Platão, com a "Alegoria da caverna", apenas o conhecimento verdadeiro será capaz de libertar os seres humanos das amarras sociais geradas por pensamentos retrógrados e vorazes. De maneira análoga, por não possuir notícias verídicos sobre a origem e sobre o papel atual dos povos tradicionais, a população permanece alheia e incapacitada ~~de~~ para cobrar ações efetivas das autoridades competentes, a fim de que sejam resguardadas as culturas e as memórias dessas comunidades. Sendo assim, é inaceitável que nada seja feito para mudar essa situação.

Portanto, medidas precisam ser tomadas para amenizar esse infortúnio. Por isso, os grandes canais de comunicação, como a Rede Globo e o SBT, responsáveis por informar o corpo social, devem divulgar fatos sobre a vivência dos povos ~~brasileiros~~ tradicionais brasileiros, mediante reportagens que abordem a realidade dessas comunidades. Essa atitude terá a finalidade de levar ao conhecimento da sociedade os obstáculos enfrentados por esses segmentos e a importância da preservação de suas histórias. Somente assim, a valorização dos indígenas presente no Indianismo será uma vivência mais fiel para outros povos.

OS01043_ID_05242570_02_LT_004_D1_K0_ENEM2210401_N02_MG_001_F001.TXT / S: 0024937

NOTA: 960

68

REDAÇÕES

Gabriella Rodrigues De Oliveira Andrade

C1	C2	C3	C4	C5	Total
180	200	180	200	200	960

O movimento literário denominado Indianismo buscou estabelecer uma identidade aos brasileiros, a partir da exaltação dos indígenas, por exemplo. Na atualidade, entretanto, existem diversos desafios que precisam ser superados para a plena valorização de comunidades e de povos tradicionais do Brasil, como os índios. Nesse contexto, destacam-se a agropecuária e a carência de informações como potencializadores do problema.

Em primeiro plano, ressalta-se a expansão de atividades agropecuárias. Nesse sentido, cita-se o Arco do Desmatamento, região que sofre com a retirada da cobertura vegetal natural, para que sejam implementadas a agricultura e a pecuária. Como uma consequência desse processo, as populações locais são forçadas a abandonarem os lugares que garantem seus sustentos, por meio do extrativismo e da pesca, por exemplo, já que o desejo pela obtenção de lucro por parte dos grandes produtores supera o interesse em conservar a história e os hábitos desses indivíduos. Logo, é inadmissível a ausência de políticas públicas eficientes para mudar esse cenário, o qual compromete a qualidade de vida e a integridade desses habitantes do território nacional.

Ademais, salienta-se a falta de informações sobre esses grupos sociais. De acordo com o filósofo grego Platão, com a "Alegoria da Caverna", apenas o conhecimento verdadeiro será capaz de libertar os seres humanos das amarras sociais geradas por pensamentos retrógrados e irreais. De maneira análoga, por não possuir notícias verídicas sobre a origem e sobre o papel atual dos povos tradicionais, a população permanece alheia e incapacitada para cobrar ações efetivas das autoridades competentes, a fim de que sejam resguardadas as culturas e as memórias dessas comunidades. Sendo assim, é inaceitável que nada seja feito para mudar essa situação.

Portanto, medidas precisam ser tomadas para amenizar esse infortúnio. Por isso, os grandes canais de comunicação, como a Rede Globo e o SBT, responsáveis por informar o corpo social, devem divulgar fatos sobre a vivência dos povos tradicionais brasileiros, mediante reportagens que abordem a realidade dessas comunidades. Essa atitude terá a finalidade de levar ao conhecimento da sociedade os obstáculos enfrentados por esses segmentos e a importância da preservação de suas histórias. Somente assim, a valorização dos indígenas presente no Indianismo será uma vivência mais tangível para outros povos.

REDAÇÕES

No decorrer da obra "Dialética da Colonização", Alfredo Bosi - crítico literário brasileiro - analisa o cenário de multiplicidade cultural do país, o qual, de acordo com o estudioso, deve apresentar um elemento promotor de liberdade e respeito: o relativismo. A realidade hodierna do Brasil explicita, entretanto, a incongruência de um país multifetado que ainda desvaloriza e oprime ~~o~~ comunidades e povos tradicionais e, por conseguinte, seus saberes e culturas históricas. Assim, faz-se necessário, a fim de reverter esse quadro e valorizar os tão importantes populações tradicionais, o estudo dos fatores que agravam o cenário contemporâneo.

Diante desse cenário, é válido frisar que a não preservação ambiental intensifica a problemática. Nessa linha de raciocínio, ao longo da obra "História da Ideia de Natureza", Robert Lenoble, ~~filósofo francês~~, filósofo francês, discute o impacto do racionalismo cartesiano na concepção de que, devido à presença de razão, os seres humanos detêm um privilégio especial: a exploração da natureza como mecanismo a ser controlado. Essa ideia errônea e egoísta de objetificação do espaço físico ainda persiste no país e ameaça não só o meio ambiente, mas também os povos tradicionais, na medida em que legitima a imposição do capital no uso antrópico do ambiente em detrimento a uma utilização sustentável por grupos tradicionais, tais como indígenas, quilombolas e ribeirinhos, os quais dependem da natureza para um pleno sobrevivência. Ante o exposto, enquanto a mercantilização do espaço for a regra, o respeito às culturais tradicionais será a exceção.

Ademais, é imperioso destacar que as raízes históricas brasileiras de desvalorização de comunidades tradicionais contribuem para a manutenção do problema. Diante dessa perspectiva, é válido citar o pensamento de Walter Benjamin - filósofo alemão - de que o esclarecimento sobre ações coletivas deve ter como fulcro o entendimento - sobretudo crítico - de eventos precedentes. Desse modo, é possível compreender o desrespeito às sociedades tradicionais como resultado de anos de colonização portuguesa, já que a sobreposição da cultura europeia exibiu a plena integração social desses grupos e incide, até hoje, em discriminações descobridas a esses povos. Resta evidente, pois, os reflexos do passado desigual brasileiro em problemática da atualidade.

Portanto, a desvalorização de povos tradicionais, junto de suas culturas, é um problema de alta relevância que precisa ser combatido. Para isso, cabe ao Poder Público - órgão responsável pela defesa de interesses sociais - incluir socialmente as comunidades tradicionais, por meio da criação de mais programas que facilitem o acesso, por parte desses povos, aos direitos constitucionais, como moradia, e demonstrem a importância dessas populações, a fim de que a sociedade valorize as culturas tradicionais. Além disso, cabe às redes de ensino o levantamento de debates e reflexões sobre o tema. Com tais medidas, espera-se o entendimento social acerca do valor de todas as culturas - pregado por Alfredo Bosi - na formação de um país saudável.

NOTA: 980

70

REDAÇÕES

Lucio Jacobelli Nogueira Plentz

C1	C2	C3	C4	C5	Total
180	200	200	200	200	980

No decorrer da obra “Dialética da Colonização”, Alfredo Bosi - crítico literário brasileiro - analisa o cenário da multiplicidade cultural do país, o qual, de acordo com o estudioso, deve apresentar um elemento promotor de liberdade e respeito: o relativismo. A realidade hodierna do Brasil explicita, entretanto, a incongruência de um país multifacetado que ainda desvaloriza e oprime comunidades e povos tradicionais e, por conseguinte, seus saberes e culturas históricas. Assim, faz-se necessário, a fim de reverter esse quadro e valorizar as tão importantes populações tradicionais, o estudo dos fatores que agravam o cenário contemporâneo.

Diante desse cenário, é válido frisar que a não preservação ambiental intensifica a problemática. Nessa linha de raciocínio, ao longo da obra “História da Ideia de Natureza”, Robert Lenoble, filósofo francês, discute o impacto do racionalismo cartesiano na concepção de que, devido à presença de razão, os seres humanos detêm um privilégio especial: a exploração da natureza como mecanismo a ser controlado. Essa ideia errônea e egoísta de objetificação do espaço físico ainda persiste no país e ameaça não só o ambiente, mas também os povos tradicionais, na medida em que legitima a imposição do capital no uso antrópico do ambiente em detrimento a uma utilização sustentável por grupos tradicionais, tais como indígenas, quilombolas e ribeirinhos, os quais dependem da natureza para uma plena sobrevivência. Ante o exposto, enquanto a mercantilização do espaço for a regra, o respeito às culturais tradicionais será a exceção.

Ademais, é imperioso destacar que as raízes históricas brasileiras de desvalorização de comunidades tradicionais contribuem para a manutenção do problema. Diante dessa perspectiva, é válido citar o pensamento de Walter Benjamin - filósofo alemão - de que o esclarecimento sobre ações coletivas deve ter como fulcro o entendimento - sobretudo crítico - de eventos precedentes. Desse modo, é possível compreender o desrespeito às sociedades tradicionais como resultado de anos de colonização portuguesa, já que a sobreposição da cultura europeia coibiu a plena integração social desses grupos e incide, até hoje, em discriminações descabidas a esses povos. Resta evidente, pois, os reflexos do passado desigual brasileiro em problemas da atualidade.

REDAÇÕES

Lucio Jacobelli Nogueira Plentz

C1	C2	C3	C4	C5	Total
180	200	200	200	200	980

Portanto, a desvalorização de povos tradicionais, junto de suas culturas, é um problema de alta relevância que precisa ser combatido. Para isso, assiste ao Poder Público - órgão responsável pela defesa de interesses sociais - incluir socialmente as comunidades tradicionais, por meio da criação de mais programas que facilitem o acesso, por parte desses povos, aos direitos constitucionais, como moradia, e demonstrem a importância dessas populações, a fim de que a sociedade valorize as culturas tradicionais. Além disso, cabe às redes de ensino o levantamento de debates e reflexões sobre o tema. Com tais medidas, espera-se o entendimento social acerca do valor de todas as culturas - pregado por Alfredo Bosi - na formação de um país saudável.

Para mais redações ENEM da 124, escaneie esse QR Code :)

CARTA PARA O PASSADO



"Quem aprende com seus próprios erros é inteligente, mas aquele que aprende com os dos outros é sábio".

Todos nós erramos durante a preparação para o vestibular. Assim, para ajudá-los a não cometer as mesmas falhas que nós, decidimos escrever cartas para o passado, explicitando o que gostaríamos de ter feito diferente.

DE UM UNIVERSITÁRIO PARA O SEU ANTIGO EU VESTIBULANDO

De Bruna universitária para Bruna vestibulanda

Querida Bruna vestibulanda,

Acredito que é muito fácil julgar ações antigas já sabendo o que o futuro nos aguardava. Sei também que você deu o seu melhor, com as condições que tinha. Por isso, eu não me arrependo de nada que vivemos durante os anos de vestibular, sei que todas as experiências nos moldaram para sermos a pessoa que somos hoje. Porém, se eu pudesse lhe dar um conselho, seria o seguinte: não leve a vida tão a sério! A preocupação excessiva só te trouxe angústias desnecessárias. Quantos momentos importantes você não aproveitou plenamente devido à ansiedade de não passar e ao medo do julgamento por tentar o ENEM mais um ano? Quantos pequenos prazeres do dia-a-dia (como tomar um cafezinho gostoso com a sua avó, apreciar um dia lindo de sol ou rir de alguma besteira com os amigos) passaram batidos porque você estava com a cabeça no simulado do final de semana? A vida é AGORA!

Valorize cada momento do presente, pois ele não volta mais e, independentemente do quanto você se preocupar, o que tiver que acontecer, vai acontecer! Confie no processo e trabalhe seriamente pelos seus objetivos, mas não deixe para aproveitar a vida somente após atingi-los. Valorize cada dia que você acorda com saúde para lutar pelos seus sonhos e com a companhia das pessoas que ama, pois, no fim, essa é a maior riqueza que poderíamos ter .

Com carinho, Bruna Dielle.

De Luísa universitária para Luísa vestibulanda

Agora eu posso te responder, Luísa vestibulanda, o questionamento que você sempre faz: "Eu só queria saber se isso vai dar certo, se não eu paro agora". Não para não, deu certo! Você foi aprovada na federal, tudo o que você passou nesses anos de cursinho valeram a pena, então, não desiste. A jornada para atingir esse sonho de fazer medicina não vai ser fácil, não tô aqui para dizer que foi. Você ainda vai chorar muito, vai surtar, sentar na cadeira à tarde para estudar e se questionar se realmente vale a pena. Mas também vai conhecer pessoas incríveis no caminho, vai aprender um monte e vai amadurecer muito. Então, continue estudando, continue dando o seu melhor, mesmo que ele não seja o mesmo todos os dias, e o mais importante: não se esqueça de viver além do cursinho! Saia com suas amigas, tome um café com seus pais, visite seu irmão. Se permita essas coisas, elas não vão te prejudicar e, no final, elas só vão te acrescentar. Você é extremamente capaz e, quando olhar de onde eu estou olhando, vai ter certeza que esse foi o caminho certo a ter escolhido e só vai ter orgulho de ter conseguido passar por tudo isso e ter chegado onde chegou.

Com carinho, Luísa Gobbo.

De Henrique universitário para Henrique vestibulando

“Bom, se tivesse uma máquina do tempo e eu pudesse voltar e conversar com meu eu mais novo, tenho certeza que falaria que absolutamente tudo tem o seu tempo e ele é soberano. Não adianta apressar as coisas, não adianta matar todos os seus tempos de lazer e diversão só para poder ter algumas horinhas a mais de estudo (e, em muitos casos, essas horinhas a mais só vão te deixar mais ansioso, não é mesmo? Hahaha). É preciso viver o processo, pois, além de tudo, é uma etapa de amadurecimento e, principalmente, autoconhecimento, em que cada um tem o tempo certo para chegar no seu objetivo final: a tão sonhada aprovação em Medicina. Preserve alguns fins de semana (não todos né hahaha) para poder sair com os amigos, beijar na boca (sim, meu amigo, você pode e deve aproveitar sua vida enquanto estuda para o vestibular) e curtir momentos com pessoas importantes. Por mais que possa não parecer, tudo isso vai ser vital para a sua aprovação, no tempo certo.
Com carinho, Henrique Ventura.”

De Murilo universitário para Murilo vestibulando

“Caro eu do passado, como vai? Ainda sofrendo enquanto anda pelos corredores do cursinho? Hahaha. Se eu pudesse voltar e conversar com meu eu do passado, eu com certeza brigaria com ele (sim, foi isso mesmo que você leu kkkk). É tanta matéria para aprender nessa época que eu me esqueci de aprender o mais importante: respeitar a mim mesmo e aos meus limites.

E esse foi o meu erro principal. Eu me explicaria, depois de tudo, que o que é meu tá guardado e que as coisas têm seu tempo (ainda que agora não pareça kskskskk). Que esse sacrifício vale cada segundo, cada exercício, cada redação e cada lágrima. Hoje, no futuro, posso dizer: continue firme, tudo vale a pena.
Com carinho, Murilo Spineli.

De Ana Luiza universitária para Ana Luiza vestibulanda

Se eu pudesse voltar no tempo e conversar com a Ana Luiza do passado, eu diria a ela para ter aproveitado ainda mais o seu ensino médio e a presença dos seus amigos de Viçosa. Mesmo com toda ansiedade, pressão e angústia de alguns momentos vividos, a esperança e todo o seu esforço nas condições em que estava a moveriam ao seu desejo: a sua aprovação em Medicina na UFJF. Acredito que, na parte acadêmica, ela deveria ter feito um cursinho anual, a fim de que todo o processo até a realização do vestibular fosse mais "leve", principalmente na reta final. Também, acho que ela deveria ter ido mais à sua cidade natal para passar mais tempo com a sua família, já que futuramente ela pretendia mudar de cidade. Claro que ela teria que continuar focada nos seus estudos para alcançar o seu objetivo, mas, atualmente, percebo que ela não deveria ter ficado presa somente a isso, até porque, além do conhecimento acadêmico, precisaria estar bem psicologicamente para realizar os vestibulares.
Então, se eu pudesse voltar atrás, tentaria organizar e conciliar tudo (descanso, estudo, lazer...) melhor e teria colecionado ainda mais momentos preciosos.
Com carinho, Ana Luiza Milagres.

DEPOIMENTOS

Para quem está no ensino médio

Gabriele Alvim Tibério

Passei pelo PISM fazendo cursinho ao longo do terceiro ano do Ensino Médio. Várias e várias vezes eu tinha certeza de que não iria dar conta de tudo. Eram muitas apostilas, muitos exercícios, muitas provas e simulados, não só para o PISM, já que eu não tinha a intenção de deixar o ENEM completamente de lado. O problema era que não dava para focar nos dois, né?

Acho que o principal conselho que eu posso dar, para qualquer vestibulando, é lembrar que você NÃO TEM que fazer tudo. O importante é não desistir e focar no que você consegue fazer naquele momento. Se for preciso escolher exercícios, peça ajuda, para que os professores selecionem os mais importantes e mais completos. Nunca se esqueça de tirar as dúvidas, para você não se arrepender na hora da prova e pensar "poxa, fiz um exercício igualzinho a esse e travei no mesmo ponto". Foram vários exercícios extras de apostilas que deixei pra trás, porque simplesmente não tinha como, eu não iria conseguir tudo.

E, principalmente, sempre que possível, foque naqueles exercícios que são do vestibular que você está fazendo. Conheça a prova! Sempre vou panfletar a importância que é refazer as provas, pois tenho certeza que esse foi o ponto mais importante para garantir a minha aprovação.

Nicole Garcia Werneburg

Eii galera!

Desde que eu comecei o ensino médio, sonhava em fazer medicina na federal, mas ninguém nunca tinha me falado o que eu deveria fazer exatamente para alcançar esse sonho. Então, algumas mentiras passaram pela minha cabeça, como a ideia de que o curso era só para quem tinha uma inteligência muito "fora da curva" ou para quem já havia feito anos de cursinho para passar...

Porém, a realidade é que é possível chegar lá! Para isso, você deverá conhecer a melhor forma de estudo para você, ter persistência e, por fim, força de vontade para buscar os detalhes sobre os conteúdos da prova que você vai fazer. Eu, por exemplo, entrei na UFJF pelo PISM (inclusive, recomendo MUITO, para quem está entrando no ensino médio, fazer todos os vestibulares seriados que tiver interesse, porque é uma oportunidade excelente).

Sempre gostei de fazer cronogramas para me organizar e para não me estressar com aquele pensamento de que tinha muita matéria ainda pela frente, pois eu sabia que estava tudo registrado e que eu iria ter tempo. Outra coisa que me ajudou muito foi desenvolver um estudo mais ativo: costumava explicar a matéria para mim mesma e fazer o máximo de exercícios e simulados que conseguisse, sem deixar de cuidar da minha saúde mental e física todos os dias. E, por último, acredito que é importante você desenvolver a motivação certa para o seu sonho antes mesmo dele se tornar realidade. Não deixe o medo de "e se tudo der errado?" te impedir de recomeçar quantas vezes for necessário. Cada um tem o seu próprio tempo. Espero que dê tudo certo!! 😊

Gustavo Almeida Rodrigues Vieira

Escrever meu depoimento nessa cartilha foi algo que em 2022 eu me imaginei fazendo e que por isso é a concretização do primeiro sonho que eu tive na minha vida, que foi passar em medicina em uma federal. Minha trajetória para ser aprovado começou antes de eu perceber, no nono ano, quando eu comecei a estudar de verdade para tentar passar no Coluni, mas infelizmente não consegui.

Apesar de não ter conseguido, passei a tomar gosto por estudar, e no primeiro ano decidi que ia fazer o PISM para medicina, o que se tornou meu sonho, porque a UFJF é a universidade que eu mais tive contato de perto e poder fazer o curso em uma federal que fica em uma cidade próxima a minha era minha maior vontade.

Quando comecei a estudar para o PISM 1, ainda estávamos em pandemia (início de 2021), o que me fez acostumar a estudar em casa, então fui aprendendo tudo sozinho e melhorando bem aos poucos minha rotina, minha disciplina, meu foco e outros fatores importantes. Naquela época eu ainda não tinha noção de quantos pontos eu teria que conseguir para conseguir passar, e estipulei que queria entre 170 e 200 pontos no PISM 1, mas quando vi que tinha tirado 175 passei a refletir que foi um erro ter colocado uma meta tão vaga, porque senti que se tivesse posto na cabeça que iria tirar 200 eu conseguiria.

Com isso em mente, comecei a olhar muito para o passado e a perceber que eu tinha uma crença limitante que me impedia de tirar notas muito altas, sempre ficava no “quase”, o que foi uma grande virada de chave na minha vida e definiu minha aprovação, porque passei a me sentir tão capaz quanto aquelas pessoas que tiravam notas altíssimas.

Acredito que muitos de vocês que estão tentando passar ainda precisam virar essa chave e perceber que se esforçando você vai ser recompensado e que você não precisa ter nascido um gênio para passar em medicina.

Assim, comecei a estudar para o PISM 2 com outra mentalidade, muito mais confiante, com a meta de tirar exatos 300 pontos, nem um décimo a menos (coloquei na tela de bloqueio do meu celular o número 300 para ver ele todo dia). Além disso, outro fator primordial para eu ter conseguido aumentar a porcentagem de pontos que eu fazia nas provas foi eu rever os erros que cometi no nono e no primeiro ano: não fazia muitas provas antigas, não fazia muitos exercícios, via muita teoria e estudava menos do que eu deveria. Quando percebi isso, inverti totalmente a estratégia, o que me fez conseguir bater minha meta e tirar 302 pontos.

No dia que fiz a prova do PISM 2 eu já tinha definido para mim mesmo antes da prova que se eu batesse minha meta eu me sentiria tão confiante que com certeza passaria. Então, como fiz uma ótima prova nos dois dias, surgiu uma forte vontade de já começar a estudar para o PISM 3 e apenas duas semanas depois comecei.

Meu terceiro ano foi de longe o mais conturbado de todos, pois minhas aulas presenciais voltaram e até junho minha produtividade era muito baixa. Eu estudava no Instituto Federal daqui de Muriaé e o curso de mecânica consumia meu dia inteiro. Por isso, decidi ir junto com meu irmão para uma escola estadual no período noturno, o que me permitiu estudar o dia todo para o PISM em casa, o que eu fiz até dezembro. Nesse ano eu estipulei que queria tirar 620 pontos de 700, o que era uma nota altíssima, mas eu estava muito confiante baseado no meu esforço e consegui tirar 641, que me fez passar com uma nota que eu nunca sonhava em alcançar quando estava no primeiro ano.

No PISM 1 eu ficava imaginando se conseguiria chegar aos 1000 pontos, mas consegui 1119 e fiquei em quarto lugar. Meu conselho é você sempre mirar na sua meta e, ao mesmo tempo, consultar seu passado de forma mais racional para ver quais erros de mentalidade e quais erros do próprio estudo você tinha, pois isso fará você se sentir mais confiante como estudante, passando a enxergar seu futuro na medicina como algo que irá acontecer com certeza como consequência do seu esforço.

Para quem está no cursinho

Henrique Sperandio Ventura Braga

Para mim, existiram 2 diferenciais no meu último ano de cursinho. O primeiro foi valorizar os finais de semana para cuidar da saúde mental: sair com os amigos, beber e aproveitar os momentos, principalmente com aqueles que compartilham dessa jornada com você (P.S: o emocional é 50% da prova, treine-o também). O segundo diferencial foi fazer simulados toda semana, priorizando as fraquezas.

O meu segundo dia era mais fraco do que o primeiro, assim, fui pegando provas antigas do Enem e simulados de outros colégios, só do segundo dia, para fazer. Acabou, então, que o meu segundo dia no ENEM foi melhor que o meu primeiro.

Enfim, uma dica de ouro para quem já está no cursinho: cada um tem seu tempo. Tudo está encaixado como deve ser. Talvez você não passe no primeiro ano, nem no segundo, nem no quinto. Pode levar o tempo que for, quando for a hora certa você vai se sentir preparado!

Beatriz Marques Machado Gerken

Minha experiência com o vestibular foi intensa e desafiadora! Não passar de primeira me fez questionar sobre a minha real capacidade para entrar em medicina. Com base em tudo isso, o maior conselho que posso dar é: não desista dos seus objetivos! Durante os meus três anos de cursinho, eu busquei formas diferentes de estudo. Para um primeiro ano, recomendo cursinhos tradicionais que realmente direcionem o aluno para o vestibular que ele quer prestar, no meu caso, foi o ENEM.

Caso um ano de cursinho não seja suficiente, depois busque adaptar sua rotina de estudos às SUAS necessidades. A grande virada de chave, para mim, foi apostar em muitos simulados e me dedicar à matemática! Meu grande vilão sempre foi o tempo de prova, então, cronometrar minhas atividades foi me fazendo evoluir nesse ponto.

Meus anos de cursinho foram todos on-line, o que é uma questão de adaptação, mas, caso você tenha disciplina e organização, pode funcionar muito bem por um custo financeiro menor! E o principal de tudo: esteja psicologicamente bem. Não tenha medo de buscar ajuda profissional, de se dedicar a técnicas para controle de ansiedade. Não sinta culpa por tirar um dia da semana para descansar, pois esse aspecto é muito determinante na vida de um vestibulando! Aliando dedicação, estudos e uma mente saudável, o bom resultado é certo! E lembre-se que cada um tem seu próprio tempo! Sentir-se cansado, confuso, atrasado ou perdido, é normal... Mas é passageiro, nada é pra sempre!

Não se deixe abater por essas questões e siga em frente para alcançar seus objetivos! Toda pessoa que já passou por um vestibular sabe das dificuldades desse período e, por isso, eu estou aqui, finalmente aprovada, mandando as melhores energias para meus futuros calouros!! Precisando de qualquer coisa, estou à disposição! Com carinho, Bia! (@bia.marques23)

Júlia Cristina de Souza Valente

Olá, futuros calourinhos! A preparação para o vestibular é - literalmente - uma jornada e a minha se iniciou em 2020. Tinha acabado de sair do ensino médio e tinha feito o Enem pela primeira vez, sem estudar, só para saber como seria a prova. Já tinha noção de que, apesar de ter estudado em escolas boas, eu ainda tinha muitas lacunas e não sabia muito bem como a prova funcionava. Assim que recebi a nota do Enem, não fiquei chateada por ver que não seria possível entrar para medicina. Na verdade, me senti motivada para começar a estudar e a me preparar para a prova.

Naquele ano, me inscrevi em um cursinho presencial em outra cidade, uma vez que na minha não tinha nenhum. Nessa fase, eu, realmente, me dediquei muito aos estudos. O que ninguém previa era que, depois de um mês de cursinho, viria a pandemia. O isolamento social começou, o cursinho transferiu as aulas para o modo on-line e parecia que o mundo estava colapsando. A pandemia, somada ao estresse da preparação para o vestibular, me levou a um quadro de ansiedade, tanto que, no fim daquele mês, eu nem conseguia mais estudar. Com acompanhamento, consegui melhorar e retomei os estudos, chegando bem perto da aprovação.

Não consegui naquele ano, mas, como cheguei bem perto, não desanimei, decidi tentar de novo e focar nas matérias em que a minha nota tinha sido mais baixa. Optei pelo cursinho on-line, por causa da pandemia e por já estar adaptada a essa modalidade. Estudei muito, me esforcei, mas, no fim do ano, a minha média final subiu apenas um ponto.

Aquilo foi um baque para mim. Parecia que todo o meu esforço tinha sido em vão, que não tinha valido a pena e eu estava ficando para trás. Minhas amigas já estavam na metade do curso que tinham escolhido e eu ainda nem tinha entrado na faculdade. Fiquei muito desanimada, pensei em desistir e tentar outro curso, talvez medicina não fosse para mim. Passei um tempo refletindo e me lembrei do motivo para, em primeiro lugar, ter escolhido me tornar médica.

Fiz mais um ano de cursinho on-line, mudei as minhas estratégias de estudo e tentei mais uma vez. Quando saiu o gabarito oficial e corrigi a prova, fiquei arrasada, foi o meu ano com o menor número de acertos, acreditava que não seria dessa vez. Mas, como estava firme em meu propósito, em fevereiro voltei a estudar. Pouco tempo depois, saiu o resultado do Sisu e eu nem conseguia acreditar que finalmente havia conquistado a minha aprovação.

Agora que tudo passou, fica mais fácil olhar para trás e ver que tudo foi uma jornada para me preparar. Eu sei que, enquanto você está nesse processo de preparação, não é fácil enxergar isso e talvez soe até meio clichê, mas tudo tem o tempo certo e cada um tem o seu tempo. Para mim, esse tempo foi essencial para crescer como pessoa.

Então, se você, assim como eu, já está há um tempinho nesse processo e está pensando em desistir, tente mais uma vez, se lembre do porquê você escolheu essa carreira e, assim, a sua aprovação também virá.
Estou esperando por vocês na maior do litoral!
Boa sorte!□□

Para quem estuda e trabalha

Guilherme Marques

Eu sempre tive curiosidade pela medicina. Desde muito cedo, eu tinha um interesse genuíno em ajudar pessoas próximas a mim que estavam doentes. Já na pré-adolescência, eu me via pesquisando sobre sintomas de doenças, possíveis diagnósticos e tratamentos para ajudar essas pessoas.

Mesmo gostando muito da área da medicina, eu nunca me achei capaz de ser aprovado no vestibular, pois me passaram a crença de que medicina era algo para filho de pessoas ricas e inteligentes. Além de não ser rico, eu também não me considerava nem um pouco inteligente. Outro fator que me fazia acreditar nessa falácia era o fato de não ter nenhum conhecido que era estudante de medicina e isso tornava essa graduação algo muito distante da minha realidade. Algo tão distante que eu tinha até mesmo vergonha de comentar com outras pessoas que eu tinha essa vontade.

Quando cheguei próximo do Ensino Médio, vi que tinha aptidão para área de ciências exatas e segui por esse caminho. Fiz a prova para o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Juiz de Fora e fui aprovado para fazer o Ensino Médio em concomitante com o Ensino Técnico. Dentro dessa escola, eu pude desenvolver os meus conhecimentos nas exatas e tornou-se cômodo permanecer nesse campo. Assim, fiz o vestibular para Engenharia na Universidade Federal de Juiz de Fora e fui aprovado. Já no primeiro período do curso, vi que aquilo não era pra mim, via conhecidos fazendo medicina e ficava pensando em como seria se eu tivesse seguido por esse caminho.Cheguei até a jogar a minha nota para o SISU do 2º semestre daquele ano, mas não fui aprovado e me conformei, pois, dentro da minha cabeça, eu estava muito além do que qualquer pessoa da minha família já havia chegado.

Com o passar do tempo, fazer engenharia ficava cada vez mais insuportável para mim e a vontade de desistir aumentava a cada período. E essa vontade não crescia devido à dificuldade do curso, mas sim por eu não gostar de nada do que estudava ali e não ter vontade nenhuma de ler algo sobre o assunto nas horas vagas. Muito pelo contrário: eu gastava o meu tempo livre lendo sobre o corpo humano e formas de cuidar da saúde.

Mesmo a faculdade de Engenharia sendo intragável para mim, ignorei a minha intuição, me formei e exerci a profissão para só então me dar conta de que estava no lugar errado. Daí em diante, comecei a estudar para o ENEM, fiz um planejamento no qual mapeei os conteúdos que mais caíam e correlacionei eles com as áreas que são mais “valorizadas” segundo a TRI.

Segui essa ordem de estudos e, assim que dominava a área de conhecimento, eu passava a dar mais ênfase na próxima. A ordem de prioridade era: Redação, Matemática, Natureza, Humanas e Linguagens. Eu via o conteúdo mesclando videoaulas e uma apostila em PDF de um cursinho.

Além disso, eu refiz todas as provas do ENEM - a patir de 2009 - juntamente com a primeira e a segunda aplicação. Para complementar meu estudo, também fiz algumas provas antigas da UNICAMP, UNESP e FUVEST. Semanalmente, eu fazia simulados e determinava a frequência desses seguindo as regras abaixo:

· Eu fazia 1 simulado por semana até acertar 60% de todas as questões;
· Quando comecei a acertar entre 60 a 75% das questões, passei a fazer 2 simulados por semana;
· Quando comecei a acertar mais de 75%, comecei a fazer 3 simulados por semana.

A cada simulado, eu analisava os meus erros e via qual matéria eu precisaria estudar mais, de acordo com a sua incidência nas provas recentes. Essa metodologia de simulados e correção de erros foi primordial para a minha aprovação, pois o meu principal problema com a prova era tempo e nervosismo, o que o simulado me ajudou a lidar.

Nos primeiros 4 meses de estudo, eu trabalhava em tempo integral e só conseguia estudar em média 3 horas por dia, sendo duas horas antes de ir trabalhar e uma hora no percurso de ida e volta do trabalho, dentro do carro ouvindo videoaula. Nos 6 meses seguintes, trabalhando em meio período, eu estudava cerca de 6 horas por dia em um estudo totalmente ativo. Nos últimos 2 meses de preparação, eu estudava cerca de 6 horas nos dias que tinham simulado e cerca de 8 horas por dia nos demais dias (6 horas ativo e 2 horas passivo).

Se você está estudando para medicina, o que eu tenho para te falar é: você é capaz de qualquer coisa caso se dedique a isso. Essa vontade que existe dentro de você não vai embora, mesmo se fizer outro curso ou focar em outra área da sua vida.

Se acredita que a medicina é o seu propósito, isso vai te perseguir até você ir atrás. Então, se planeje e foque no processo de estudos, pois o resultado não depende de você, mas a melhoria do processo sim. Além disso, eu diria para não se comparar com as outras pessoas. Escute histórias e veja como você pode aprender com o jeito que a pessoa fez, mas cada pessoa é única e o que funcionou para mim pode não funcionar para você. Conheça a si mesmo e veja o que se aplica dentro da sua realidade. Entenda que cada trajetória é singular e que a sua vai durar o tempo que tiver que durar. A única coisa que você pode fazer é não desistir e focar no processo. Assim, uma hora, seu resultado virá.

Para quem já é formado em outra graduação

Anael Almeida

Eu não fui um bom aluno na escola. Acho bacana começar esta história com essa constatação, porque é muito importante que você tenha em mente que ser aprovado em medicina na federal não é impossível ou uma meta exclusiva dos melhores alunos da sala. Se você tomou a decisão de fazer esse curso, parabéns pela coragem! Tenha em mente que você é o principal agente da sua aprovação. Mesmo que, eventualmente, o caminho a ser percorrido por você possa vir a ser mais árduo do que o de outras pessoas, com confiança e constância, o tempo torna-se seu amigo, de modo que a aprovação é inevitável.

Voltando ao meu caso: após terminar o EM, fui fazer odontologia em uma universidade particular de JF. Foi uma experiência muito bacana, tendo me formado aos 21 anos. Olhando para trás, é engraçado perceber que, mesmo sem pensar em fazer medicina, existia algo dentro de mim que me dizia que aquela não seria a minha única experiência dentro de uma faculdade. De qualquer maneira, após me formar, exerci a profissão por algum tempo e fui percebendo que, para ser o profissional que eu gostaria de ser e oferecer aos meus pacientes tudo que eu gostaria, precisaria de algo a mais. Foi assim, atuando no consultório, que a sementinha da medicina começou a ser germinada no meu coração.

Com o tempo, comecei a constatar que a odontologia, apesar de incrível, não seria capaz de me proporcionar, sozinha, tudo aquilo que eu gostaria. Mediante a isso, decidi fazer mestrado e fui aprovado na UFMG. Dar aula, ensinar outras pessoas, é uma das grandes paixões de minha vida e ter tido a oportunidade de realizar essa formação é algo que me dá muito orgulho. Contudo, como o tempo sempre mostra aquilo que é, a minha vivência na pós-graduação reforçou que eu deveria fazer medicina. E foi, durante esse período, que o “Projeto Medicina” floresceu, criou bases sólidas no meu coração e tornou-se um objetivo de vida.

Desse modo, me tornei mestre aos 24 anos. Após finalizar o mestrado, passei a me dedicar exclusivamente para o ENEM. E foram longos dois anos e meio focados no estudo. Eu estava há quase 10 anos longe do EM, não tinha uma boa base – por não ter sido bom aluno na escola – e pouquíssimo ou nenhum conhecimento adquirido na minha formação odontológica pôde ser utilizado no ENEM. É fato que a maturidade foi uma grande aliada nesse período de estudo, contudo, a grande verdade é que ser aprovado em medicina em uma universidade pública é difícil mesmo.

Não acreditem em atalhos ou segredos mirabolantes. É claro que existem técnicas e métodos capazes de acelerar – e muito – a sua aprovação. Se você estudar de forma incorreta e pouco eficaz, você pode passar anos e mais anos no cursinho, que a sua aprovação não vai vir. Entretanto, o mais importante é se esforçar, todo dia, mesmo que só um pouquinho, em prol daquilo que você sonha. Por isso é tão importante você acreditar na sua própria capacidade.

Foi com essa mentalidade que, aos 27 anos, fui aprovado em 1° lugar na ampla concorrência em medicina na UFJF. Tive nota para praticamente todas as universidades do Brasil – UFMG, UFRJ, UFSC, UFRGS –, entretanto, optei por JF por ter um grande carinho com a cidade, por já ter morado no local e por ser próxima da minha cidade natal. Não que o meu feito seja algo muito extraordinário – todos os anos alguém passa em 1° lugar, então isso é algo banal –, todavia, a mensagem que eu quero deixar para você é: essa aprovação era algo absolutamente inimaginável para o Anael de 17 anos, aluno bagunceiro do EM, que vivia pegando recuperação. Se eu consegui, você também consegue. Portanto, acredite nos seus sonhos. Não é fácil: haverá dias que você não vai querer estudar, mas são, nesses dias, que você precisa fazer prevalecer a sua vontade. Ademais, tenha paciência: a aprovação é uma construção, a qual pode levar alguns anos, logo, esteja preparado para longas jornadas.

Eu desejo a você muita sorte e sucesso!

Para quem está no espectro autista

Otávio Ramon Neri de Castro Teixeira

A todos que querem medicina, oriento, cativo e derramo o liquor dos meus pensamentos em poesia. A minha jornada de estudos durante boa parte da minha vida me possibilitou realizar grandes descobertas sobre mim e o mundo. Me amei como autista, e tenho uma vontade enorme de ajudar outros autistas. Aprendi a viver melhor comigo mesmo, eu vejo o meu autismo como uma extraordinária qualidade. Descobri sobre as qualidades intrínsecas dos seres humanos, há muitas maldades e preconceitos dentro dos seres humanos. Aprendi a viver na ausência de outros bichos humanos, o que muitos chamam de solidão, mas eu não chamo assim, prefiro dizer que o meu eu é mais importante que todas as coisas tocáveis para mim, e que estar com ele e compartilhar um espaço com ele é o esplendor do conhecimento próprio. Albert Einstein dizia que os gênios vivem sozinhos, pois eles precisam pensar e tomar decisões sem a dependência da sociedade. Eu faço dos meus estudos minha Alma Mater, e pretendo fazer da UFJF minha Alma Mater. Eu abuso da poesia para incentivar aqueles que querem cuidar do bicho humano, escrevo meus segredos em sonetos, tercetos, rimas e paródias. Todos vocês podem decifrá-los. Eu me jogo, me laço e me entrego ao vento. Não quero fazer o máximo e nem o mínimo, "eu quero é viver", exatamente igual às palavras de Glória Maria. Com grande propriedade, por conhecer Marilena Chauí, Albert Einstein e outros filósofos, digo que o genial não se apresente com genialidade e, dessa forma, é que se quebram os preconceitos. Desejo a todos uma maravilhosa jornada de conhecimento pessoal antes de fazer Medicina e ser feito e refeito por ela. Eu quero ajudar todos os autistas através do meu universo mágico, sendo eu um autista muito feliz. E se pudesse nascer mil vezes, mil vezes escolheria ser autista, pois estou muito feliz comigo mesmo e me compreendo muito melhor agora. Quero que você que é autista perceba que pode fazer coisas incríveis também. E que se sinta tão realizado como eu estou agora. Abraços, beijos e felicitações para meus novos colegas!

Para todos os vestibulandos

Mariana Pereira de Paula

Conselho: Construir uma boa base de conhecimento e, a partir daí, estudar por meio de questões (com a correção, você vai lapidando o seu aprendizado). Revisar sempre. Além disso, é super importante ter uma válvula de escape (tipo exercício físico, que foi a minha) para não pirar com os estudos.

Letícia Barbosa de Freitas

Primeiramente, estude de várias formas: por livros, caderno, internet, resumos das matérias. Além disso, revise antes da pova. Faça muitos exercícios e várias provas anteriores, sempre revendo as matérias que estiver errando mais questões. Tire todas as dúvidas com professores ou pesquisando. Foque bastante nos estudos, pois, no final, valerá a pena! Mas sempre tenha o seu tempo para descanso e para outras atividades. Vá para a prova focado, tranquilo, confiante e com pensamento positivo.

Said Dias Naime Resende

Sair do terceiro ano com o conhecimento de (quase) tudo que é cobrado no Enem foi definitivamente uma mão na roda. Isso porque é muito mais difícil aprender todo o conteúdo em um ano de cursinho do que em três de ensino médio. Então se tiverem esse tempo, não desperdicem kkkk. Mas aprender tudo no cursinho está longe de ser impossível. Se eu tivesse que dar alguma dica, diria que algo crucial para melhorar em uma matéria é entender o seu fundamento, ou seja, saber o motivo de você estar estudando ela e em quais outras áreas esse conhecimento pode ser aplicado (principalmente em Ciências da Natureza).

Ana Laura Almeida Carvalho

Oioii calourinhos, sejam muito bem-vindos à maior do litoral!! Assim como vocês, já passei por essa fase, em que as cartilhas praticamente trilham as nossas escolhas. Assim, espero poder ajudar um pouquinho, já que o sentimento de insegurança, infelizmente, é muito presente nesse período. Primeiramente, a jornada até o curso dos nossos sonhos é extremamente individual, por isso espero que vocês consigam absorver e adaptar as dicas da turma 124 à própria rotina de vocês. Lembrem-se sempre de priorizar a saúde, tanto física quanto mental. Em relação aos estudos, a minha maior dica seria o estudo ativo (exercícios, simulados, provas antigas, leitura ativa, redações...) somado a uma base teórica bem fundada, o que é alcançado especialmente por meio das aulas. Achar o "método perfeito" consiste em tentativa e erro. Por isso, permita-se errar e experimentar diversas estratégias até encontrar aquela em que você se sinta mais confiante. Cerque-se de pessoas que te apoiam e, acima de tudo, compreendam que esse é um momento turbulento, mas cheio de aprendizado. Estar prestes a realizar nosso sonho faz com que toda a caminhada valha a pena. Espero, do fundo do coração, encontrar vocês em Juiz de Fora no ano que vem!

AGRADECIMENTOS

Elaborar a cartilha da turma 124 foi uma experiência extremamente gratificante para a nossa equipe, uma vez que, até pouco tempo atrás, estávamos no lugar de vestibulandos, sonhando com nossas aprovações ao ler as cartilhas dos veteranos.

Esperamos que nosso trabalho possa auxiliar a todos vocês nesse processo tão difícil até a aprovação. Todos os componentes dessa cartilha (textos, dados, depoimentos, redações, design) foram pensados com muito carinho para oferecer o melhor aos nossos futuros calourinhos!

Primeiramente, gostaríamos de agradecer a equipe do Desempenhos Med (@desempenhosmed) por esse projeto tão importante para os "medbulandos" de todo o país. Em um momento tão conturbado como o SISU, em que escolhas cruciais devem ser feitas, suas postagens são essenciais para amparar os corações ansiosos de milhares de estudantes.

Ademais, ressaltamos nossa gratidão a todos que fizeram parte de nossas aprovações: familiares, amigos e professores, que nos incentivaram e, muitas vezes, acreditaram mais em nossos potenciais que nós mesmos.

Por fim, obrigada a todos os contribuintes dessa cartilha e, especialmente, aos nossos veteranos! Esperamos ter feito jus ao legado de vocês nessa iniciativa tão especial.

Com amor, turma 124 de Medicina da UFJF.

EQUIPE DA CARTILHA

Coordenação

- Bruna Dielle (@brudielle)
- Pedro França (@pedrohfranca02)
- Isabela Almeida (@bela_dealmeida)
- Ana Laura Ribeiro (@nahlaura_ribeiro)

Design

- Letícia Ferreira (@leticia_ff09)
- Lucas Hideki Urabe
- Lucio Jacobelli Nogueira Plentz (@luciojac_)
- Murilo Spineli (@murilospineli)

Produção de Texto

- Amanda Vianna (@amandavianna._)
- Gabriella Rodrigues (@gabriella.andrade_)
-Letícia Mitterhofer (@leticiamitterhofer)
- Maria Phernanda (@maph3r)
- Mariana Pereira (@mari.ppaula)

Coleta de Dados

- Carolina Lopes (@caroll.loopess)
- Júlia Valente (@julia.souza.valente)
- Maria Luíza Castro (@malulimajf)

Coleta de Redações

- Ana Luiza Rodrigues Milagres (@anaaluizarm)
- Isabele Sampaio (@isabele.merces)
- Shamara Felisberto (@shamarafelisberto_)

Coleta de Depoimentos

- Fernanda Braulio (@fernanda_braulio)
- Laura Luppi (@laurac.luppi)
- Sophia Fênix (@sophiafenix_)